Na scestí

Off the road

www.offtheroad.cz

magazín pro lidi, kteří nejdou po vyšlapaných cestách

TÉMA

Hlasy

ROZHOVOR

s Adim Hasanbašićem

Než hlasy potlačíte, zkuste si je poslechnout!

UMĚNÍ

Dominic Cruz

Ať malba sama vypráví!

Thomas Dorman

V podivuhodném kabinetu doktora Benwaye

NÁŠ ČLOVĚK

Věrka Schmidová & Michal Kašpar

SRPEN 1 / 2019

Na scestí

magazín pro lidi, kteří nejdou po vyšlapaných cestách

SRPEN 1 / 2019

Editorial

Na scestí se může dostat kdokoliv. Stačí špatně – nebo správně – zabočit a člověk se ocitá na cestě, kterou musí vyšlapat on sám. Takových cestovatelů je magazín, který teď držíte v rukou, plný. Chodíme po nevyšlapaných cestách a často píšeme o věcech, jež mají něco společného s duševním zdravím. Do prvního čísla jsme si vybrali téma slyšení hlasů, které jsme každý zpracovali svým osobitým stylem. Jsme rádi, že se na putování po nevyšlapaných cestách vydáváte s námi.

– Pavel Oulík

Obsah

TÉMA / HLASY 6

6 **ROZHOVOR S ADIM HASANBAŠIĆEM**
Než hlasy potlačíte, zkuste si je poslechnout!

10 **ČESKÉ HLASY V HAAGU**
Výprava na 10. Světový kongres Slyšení hlasů

12 **HLASY / ÚRYVEK Z KNIHY ROZPOLCENÁ DUŠE**

14 **RECENZE**
FILM **Healing Voices**
KNIHA **Hlasy - Marius Romme a Sandra Escher (eds.)**

UMĚNÍ 16

16 **DOMINIC CRUZ**
Ať malba sama vypráví!

19 **THOMAS DORMAN**
V podivuhodném kabinetu doktora Benwaye

NÁŠ ČLOVĚK 24

24 **VĚRKA SCHMIDOVÁ**
25 **MICHAL KAŠPAR**

TVORBA 27

28 **HLAS JOHNYHO DEEPA** *TOMÁŠ VANĚK*
29 **JAN** *PAVEL OULÍK*
30 **DOPIS DELEGÁTOVI, PÁNU MIMOZEMSKÝCH CIVILIZACÍ** *EVELÍNA HEJNOVÁ*
31 **SUR-REAL** *VĚRKA DUMKOVÁ*
32 **KŘIŽOVATKA DVOU SVĚTŮ** *VĚRKA SCHMIDOVÁ*

NÁZORY 33

33 **K REFORMĚ PSYCHIATRICKÉ PÉČE** *JOSEF GABRIEL*
34 **(NE)KLIDNĚ O NEKLIDU** *TOMÁŠ VANĚK & KÁŤA MÁLKOVÁ*

ZÁŽITEK 35

35 **JAK PŘISTUPOVAT K ZÁHADÁM** *KÁŤA MÁLKOVÁ*
36 **LABYRINT** *VĚRKA DUMKOVÁ*
37 **TRAPASY VZDĚLANCE** *TOMÁŠ VANĚK*

TÉMA / HLASY

ILUSTRACE DOMINIC CRUZ / ***PLEASE SAVE ME***

Než hlasy potlačíte, **zkuste si je poslechnout!**

Terka Klenorová zpovídá psychologa a psychoterapeuta Adiho Hasanbašiće.

Několik let jsi působil jako psycholog a psychoterapeut v Sarajevu. Zajímalo by mě, jak ses právě tam dostal k problematice slyšení hlasů.

Už při studiu psychologie v Sarajevu jsem se začal zajímat o „neobvyklé zkušenosti" a vůbec jsem nesouhlasil s tím medicínským jazykem a škatulkováním. Místo nějaké diagnostiky pro mě bylo vždy zajímavé slyšet, jak ten daný člověk rozumí svému životu. Takže jsem byl vždy kritický vůči psychologii, kterou jsem vystudoval, a psychiatrii. Ve své diplomové práci jsem se zabýval kritickým pohledem na schizofrenii, zejména jsem psal o tom, jak se k ní můžeme přiblížit z existenciálního pohledu. Mou inspirací byl známý psychiatr Ronald David Laing, který ukazoval, jak to, čemu říkáme schizofrenie, je možné pochopit v kontextu rodiny nebo i širšího života toho člověka. A tím jsem se dostal i ke Slyšení hlasů, protože jsem cítil, že základní hodnoty tohoto hnutí jsou přesně hodnotami, které bych chtěl zastávat ve svém profesním životě. Prostě se přiblížit lidem a spolu s nimi být v té atmosféře nebo v tom světě a zkusit mu rozumět. Protože věřím, že každé naše jednání a způsob přemýšlení nebo fenomén, který zažíváme, souvisí nějak s naším životem nebo je to reakce v jeho kontextu. Taková reakce je smysluplná v životu toho člověka, ale nemusí být logická pro nás zvenku. To, že něčemu nerozumíme, neznamená, že to nemá nějaký význam v kontextu života toho člověka. Takový přístup nabízí existenciální psychologie, nebo psychoterapie, kterou se také zabývám, kritická psychiatrie a psychologie a samozřejmě také hnutí Slyšení hlasů. Takže se na věci kolem „schizofrenie" nedívám jako na nemoc, ale jako na smysluplnou reakci, která může být náročná, zahlcující nebo nelogická, člověk z toho může být zmatený, může se bát, může přestat fungovat v životě, neorientovat se v tom, to všechno ano, ale to neznamená, že je to nějaká porucha v biologii nebo v chemii mozku.

To byl dlouhý úvod. Když jsem dostudoval psychologii v roce 2010, tak jsem byl u kamaráda v Barceloně a tam jsem navštívil rádio, které vedli lidé se zkušeností...

Adi Hasanbašić (1985)

Povoláním je psycholog, sociální a kulturní antropolog a Gestalt terapeut, nyní však působí jako case manažer na CDZ Praha 8. Angažuje se mimo jiné v zakládání a facilitování skupin *Hearing voices* (Slyšení hlasů). Přístup spojený s filosofií „Slyšení hlasů" přenesl po několika zemích bývalé Jugoslávie také do České republiky, kde máme nyní síť 9 skupin v 6 městech. Na podzim se rozběhne činnost už třetí pražské skupiny.

O tom jsem slyšela ve Francii.

Je také ve Francii a v Terstu. První takové rádio vzniklo v psychiatrické nemocnici v Buenos Aires. Já jsem navštívil to v Barceloně, seznámil se a řekl si, že chci dělat něco podobného na Balkáně. A když jsem se vrátil do Sarajeva, založil jsem tam pořad v rádiu, pak také v Záhřebu a v Rijece v Chorvatsku, v Bělehradě v Srbsku a taky v Banja Luce v Bosně. O tom byl natočen i dokument, který jsme promítali na několika filmových festivalech, a je také dostupný na Youtube.

To bylo na normálních rádiových vlnách?

V Rijece to bylo státní rádio, v Bělehradě pobočka státního rádia, v Banja Luce a v Sarajevu studentské rádio a v Záhřebu to bylo městské rádio, spíš lokální, ale dobré. Na těch rádiích jsem spolupracoval s lidmi se zkušeností a od nich jsem slyšel, že potřebují s někým mluvit o těch neobvyklých zkušenostech a zatím jim to jen málokdo umožnil. Fungovalo to vždycky tak, že jsem pomohl na začátku toho pořadu, udělal několik dílů v nějakém městě na Balkáně a pak to přenechal lidem se zkušeností. V každém z těch měst mělo rádio velký vliv na společnost a na diskuze o duševním zdraví. Měli jsme mnoho známých hostů. Jedním z nich byl třeba Manu Chao, který hovořil o svém dědečkovi se zkušeností. Rádia stále fungují. Je to dobrý způsob, jak mluvit o zkušenosti a pokud je to potřeba tak i anonymně. Když totiž lidé mluvili o svých zkušenostech se slyšením hlasů, byli nálepkováni a často jim někdo říkal, aby si přidali léky. V rádiu o tom mohli mluvit otevřeně. Takže jsem v roce 2010 založil svůj spolek, neziskovku, s kamarády jsme hlavně hledali alternativní cesty k podpoře duševního zdraví v komunitě. Skupiny *Hearing Voices*, podpůrné skupiny, veřejné besedy, natáčení filmů a překlad literatury. To je řekněme můj profesní background.

Teď jsi hodně mluvil o tvé zkušenosti v Bosně, Chorvatsku a Srbsku, tak jsem se chtěla zeptat, jak ses dostal do České republiky – proč sis vybral tuhle zemi nebo proč si tahle země vybrala tebe?

Byla to spíš Praha než Česká republika. S přítelkyní (teď ženou) jsme cestovali po Evropě a v každém městě, kde jsme byli, jsme si říkali, jestli bychom tam chtěli žít. Chtěli jsme změnu, neměli jsme děti ani hypotéku, takže to byl ideální čas. A když jsme poprvé byli v Praze roku 2014 kvůli koncertu, zůstali jsme tu 9 dnů a řekli si, že je to pro nás ideální rovnováha. Jsme daleko od Balkánu, ale ne úplně, je to jiná kultura, ale ne úplně, jiný jazyk, ale taky ne tak docela.

Mě by zajímalo – možná že je to úplně mylná představa – jestli se ty hlasy, s kterými u lidí pracuješ, liší v Bosně, popřípadě v Chorvatsku a Srbsku oproti slyšení hlasů v Praze.

To není vůbec blbá otázka. Hlasy jsou vždy vlastnictvím člověka, který je slyší. Patří k němu. Ale samozřejmě také kultura ovlivňuje mnohé aspekty slyšení hlasů, třeba jejich interpretaci, například k muslimům nemluví zpravidla Ježíš nebo křesťanští andělé, ale třeba džini. V Indii jsou hlasy chápány jako nějaká spirituální zkušenost, třeba s předky, kteří už zemřeli. Na západě je vnímání posunuto k symptomatologii poruch a nemocí. Když má kultura vliv na to, jak člověk zažívá nebo vnímá hlasy, jak je definuje, má vliv i na obsah hlasů. Teď víme, že jsou hlasy velmi často spjaty s emocemi člověka. Třeba z nějaké traumatizující události, která se mu stala, a tím pádem ta událost ovlivňuje formu, obsah i frekvenci hlasu. Třeba v Bosně je obsah hlasů často spjat s válkou nebo s bitvou a hlasy mohou být agresivnější třeba u lidí, kteří byli vojáci.

Mě by zajímalo, jestli je možné vytvořit nějakou typologii hlasů, které promlouvají k lidem… A v čem se to slyšení hlasů v jednotlivých případech liší. Jestli jde říct – tohle je hlas, který přikazuje, tohle je hlas, který uklidňuje, tohle je hlas, který...

Co se týče hlasů, je to takzvaná heterogenní zkušenost, to znamená, že ta zkušenost je u každého člověka úplně jiná. Takže to je jedna věc. Dříve se věřilo, že existuje nějaký druh hlasů, který je typický pro to, čemu říkáme schizofrenie. Psychiatr jménem Kurt Schneider ho totiž definoval jako symptom prvního řádu, tedy jako vysoce charakteristický pro schizofrenii. Například hlas, který pochází jakoby zvenku a komentuje chování toho člověka, nebo třeba dva a více hlasů, které spolu komunikují a mluví o tom člověku. Teď se tahle teorie naštěstí už opustila. Hlasy slyší lidé, kteří mají diagnózu schizofrenie, jinou psychiatrickou nálepku nebo jsou úplně bez diagnózy, a ukázalo se, že u všech těch skupin jsou přítomny nejrůznější druhy hlasů a že neexistuje žádný takový, který bychom podle typu mohli nazvat jako psychotický.
Lidé, kteří mají diagnózu schizofrenie, se zřejmě častěji setkávají s agresivnějšími hlasy – ať už pocházejí zevnitř, nebo zvenku. Takové hlasy bývají emočně nabité, jsou častější a obsah jejich promluvy bývá negativnější. Proto je možná i pro člověka s takovou zkušeností těžší hlasy integrovat do každodenního života a přidat jim nějaký význam. Přitom se ale ukazuje, že způsob, kterým o tomto fenoménu přemýšlíme, jak se k němu postavíme a jak s ním zacházíme, ovlivňuje mnoho věcí. Pokud si myslíme, že jsou hlasy symptom nemoci, tak se jich budeme bát, protože nechceme být nemocní. Naopak pokud najdeme skrytý smysl hlasů, můžou se pro nás stát průvodcem. Pak už nečelíme nutnosti se hlasů zbavit, můžeme se rozhodnout s nimi žít. A tak vlastně i způsob chápání hlasů přímo ovlivňuje identitu člověka a pozitivní změna v tomto chápání může být důležitým krokem k zotavení. To ukazuji i mnohé etnografické výzkumy.

Takže slyšení hlasů nespojuješ vždycky s onemocněním typu schizofrenie?

Já osobně bych to nikdy nespojoval. Myslím, že se říká, že 3/4 lidí, co mají nálepku schizofrenie, slyší hlasy. To ale neznamená, že každý, kdo slyší hlasy, má tu nálepku. A proč bych to nespojoval s nějakou nemocí? Za prvé víme, že v průběhu dějin je tento fenomén přítomný i v dobách, kdy nebyla žádná psychiatrie nebo psychologie. Na tento fenomén se nahlíželo jiným způsobem i v těch případech, kdy to dělalo člověku problémy. Nahlíželo se na to jako na nějakou spirituální nebo náboženskou zkušenost, která může mít třeba špatný vliv na člověka, ale pořád to není nemoc. Mnoho známých osobností slyšelo hlasy, a právě oni vybudovali naši západní společnost. Například Ježíš, Mojžíš i prorok Mohamed, slyšeli hlasy. To znamená, že slyšet hlasy není samo o sobě problémem nebo příznakem nějaké nemoci, ale může to být problém, když člověk nemá nad tím fenoménem kontrolu a nemůže v životě fungovat.

Johanka z Arku a Tereza z Ávily také slyšely hlasy…

A kdo ještě… Carl Gustav Jung a Sigmund Freud slyšeli hlasy. Mnozí známí a slavní lidé slyšeli hlasy a neměli s tím problém. Už někdy v roce 1894 (International Census of Waking Hallucinations in the sane) se dělal jeden z prvních výzkumů o slyšení hlasů na velkém vzorku běžné populace a ukázalo se, že 3 až 4 procenta mezi nimi slyšelo hlasy. Další výzkumy ukazovaly podobná procenta, většinou 3 až 10 procent. Záleží vždy na tom, jak se ptáte a o jaké populace se jedná. Pokud se zeptáte lidí, zda za posledních 6 měsíců slyšeli hlasy, bude to procento nižší, než když se zeptáte, jestli někdy v životě slyšeli hlasy. Nebo třeba u studentské populace je to procento vyšší, protože víme, že to období vyvolává hodně stresu. Také víme, že asi 2/3 lidí, co mají zkušenost se slyšením hlasů, nikdy nenavštívili odborníka. K odborníkům se spíš dostávají ti lidé, kteří mají s hlasy problém, například proto, že v minulosti zažili šikanu, sexuální zneužívání nebo emoční zanedbávání.

TÉMA / HLASY

Tím pádem to ale zase není ten biologický nebo chemický fenomén, za který to někdy považuje psychiatrie. Nemáme právo někomu říct, co je nebo není normální, protože víme, že například homosexualita byla do roku 1973 zařazena do manuálu diagnóz jako porucha. A pak iniciovalo její vyškrtnutí emancipační hnutí. Podobně v rámci skupin Hearing voices se lidé snaží emancipovat a říkají, že jsou pyšní na to, že slyší hlasy.

Má v našich kulturních, sociálních a ekonomických podmínkách slyšení hlasů nějaký hlubší význam?

Je vždycky na tom člověku, který slyší, aby hledal smysl svých hlasů. A zařadil je do svého osobního narativu. Každá interpretace, která pomáhá a umožňuje vnímat tuto jedinečnou zkušenost v celku života, je vítaná. Je to jen statistika, ale se nejčastěji setkáváme s lidmi, kteří hovoří o spojení hlasů s traumatickou zkušeností. S tím se také ve velké míře pracuje i v rámci hnutí Slyšení hlasů. Jednou z nejdůležitějších věcí, když mluvíme o fenoménu slyšení hlasů, je očekávání a přístup, který k nim máme. A to jak v naší, tak v jiných kulturách. Pokud to kultura přijme jako normální a mluví otevřeně o tomto fenoménu na veřejnosti, je mnohem menší pravděpodobnost, že se člověk, který začne slyšet hlasy, bude toho bát a mít s tím problém.

Takže vlastně vždycky závisí na kontextu toho člověka. V jeho rámci si pak člověk vytváří význam pro hlasy, které slyší.

Ano. S tím, že v rámci přístupu Slyšení hlasů se pracuje takovým způsobem, že se neanalyzuje nebo nehodnotí, co si ten člověk myslí. Mluví se o tom fenoménu, a už to je léčivé. Začíná to být hmatatelné, není to jen něco uvnitř. Prostor a čas pro naslouchání je nesmírně důležitý.
Obecně se dá možná říct, že si člověk, který začíná slyšet hlasy, prochází třemi fázemi. První je fáze zmatku. Neví, co se děje, proč se to děje zrovna jemu, začne se bát, protože kolem něj to nikdo neslyší a podobně. Začne si hledat věci o hlasech na internetu, zjistí třeba, že mohou být spjaté s nějakou nemocí. Pak by měla následovat organizační fáze, kdy si člověk uvědomí, že v tom není sám. Může si najít nějaké techniky a nástroje, aby získal kontrolu nad hlasy, ne ony nad ním. Začíná tomu rozumět, stejně jako jeho okolí, může hledat lidi s podobnou zkušeností. Třeba začne chodit do skupiny Slyšení hlasů a vidí, že v tom není sám. A třetí fázi, která následuje, můžeme vnímat jako stabilizační. Člověk nějak zařadí zkušenost do svého života a díky tomu může dobře fungovat, mít rodinu, sociální síť, práci. Je mnoho příkladů lidí, kteří se zotavili.
Takže okamžik, kdy se poprvé objevily hlasy a třeba je to provázeno strachem, úzkostí a silnými emocemi,

spojenými třeba s nějakou traumatickou událostí z minulosti, je jenom začátkem. Vnímání hlasů provází člověka celým životem, a smysl, který pro ně najde, může být velmi překvapivý a silný.

Ještě bych se ráda zeptala, jestli bys mohl zmínit nějaký jeden hlas, který tě v tvé praxi nejvíc zaujal.

Moje zkušenost s lidmi, co slyší hlasy, je taková, že jsou to opravdu tvůrčí lidé, mají obrovskou tvůrčí sílu. Většina hlasů má nějaký svůj vlastní příběh, své charakteristiky, a každý je sám o sobě zajímavý. Mají jméno, příběh, nějaké charakteristiky jako tón hlasu nebo pohlaví. Věk, odkud pocházejí, jak mluví, o čem a podobně. V tom je to taky výjimečné a inspirativní… a to nejen pro člověka, který ten hlas slyší, ale i pro ty, kterým o tom vypráví.

TEREZA KLENOROVÁ

České Hlasy **v Haagu**

Spolu s pěticí zakládajících facilitátorů pražské skupiny slyšení hlasů odletěl v září na kongres **Sítě Slyšení hlasů** i lídr **Studia 27** Břetislav Košťál s kamerou. V týmu je i Michal Kašpar, který do holandského Haagu, kde se kongres konal, vyrazil s velkou zvědavostí.

Z mezinárodního hnutí Slyšení hlasů jsem znal dobře jen Petera Bullimora, který mne velice ovlivnil při promýšlení a realizaci některých svépomocných aktivit u nás v Praze. Čekal jsem, že to bude něco většího, ale realita předčila moje představy. Na shromáždění přijeli lidé z celého světa. Tématem již desátého kongresu bylo lidské právo žít s hlasy. Konference se konala v katolickém kostele v centru Haagu, kde se při přednáškách sedělo v kostelních lavicích.

Na konferenci dorazila celá řada „celebrit" světa slyšení hlasů. Mimo jiné i živoucí legenda, Marius Romme, který v osmdesátých letech založil celé hnutí. ***Rozhovor s Mariusem Romme mě nesmírně zajímal a nabyl mne pocitem, že existuje autorita ve věci slyšení hlasů, Marius však je velmi skromný a příjemný člověk,*** říká Michal.

Na Michala však nejvíce zapůsobily osobní příběhy jednotlivých účastníků. Vzpomíná na židovskou ženu, která dlouho bojovala se svými hlasy, než se rozhodla se sebou něco dělat. Dala se na roller derby, kontaktní silový sport na kolečkových bruslích, a tím si našla novou a zdravější identitu, která z ní dělala i lepší mámu. Její příběh byl unikátní stejně jako příběh mnohoosobnostní mladé ženy, která si s sebou nosí celou svou komunitu. Její osobnosti spolu sdílejí nejen jedno tělo a předávají si „štafetu" v tom, kdo bude jednat. ***Působila velmi sebevědomě a přesvědčivě. Nemusí se lékařsky vzdávat svého vícera osobností, aby mohla vést plnohodnotný život.***

Michala velmi ovlivnilo rovněž setkání s Yannem Derobertem, psychologem z Orléansu a aktivním zakladatelem mnoha skupin Slyšení hlasů ve Francii. Povídali si spolu o psychiatrických lécích. Yann se velice zajímal o to, jak se dají léky vysazovat nebo snižovat. Michal ho upozorňoval na vážné zdravotní komplikace, které mu braní psychiatrických prášků způsobilo. ***Bylo pro mne příjemným zjištěním, jak živá je síť Slyšení hlasů ve Francii, když vím, jak těžké to tam mají peer pracovníci.***

Kromě skupin Slyšení hlasů, které vyznávají neexpertský přístup, se na kongresu mluvilo i o dalších nástrojích, které Síť slyšení hlasů používá, jako je například „maastrichtský rozhovor", díky kterému je možné získat vhled do zkušeností slyšení hlasů a vytvořit s hlasy vztah. Dirk Corstens, hostitel z Nizozemska, psychiatr a psychoterapeut, také zmínil vytváření takzvaných „konstruktů", díky kterým je možné najít spojení mezi zkušenostmi v životě člověka, jako například traumaty, a důvodem vzniku hlasů. Podle Dirka je toto spojení často zastřeno izolací, do které se člověk dobrovolně uchyluje a kterou může prolomit docházení na skupiny Slyšení hlasů. Často je na vině diagnóza, kvůli které se na slyšení hlasů reaguje jako na symptom nemoci a ne jako na zkušenost, se kterou se dá pracovat.

Kromě rozhovorů s nizozemskými členy hnutí natočili Adi, Břetislav a Michal ještě další čtyři rozhovory s Brity Paulem Bakerem, organizátorem a aktivistou na poli duševního zdraví, a Peterem Bullimorem ze Sheffieldu, který je i v České republice velmi známou osobností, s Dánkou Olgou Runciman, zdravotní sestrou, psychoterapeutkou a rovněž slyšitelkou hlasů a konečně s novou předsedkyní charitativní organizace Intervoice, Američankou Lisou Forestell.

Lisa je pro mne zvlášť zajímavou osobností, na prázdninovém setkání v Praze jsem s ní mohl krátce promluvit o svých těžkých pocitech ze sebevraždy mého blízkého kamaráda a kolegy z divadelního souboru. Ona sama tehdy prožívala hluboký smutek, protože když byla na cestě do Česka, zabil se někdo ze skupiny, kterou v Massachusettes založila s názvem „Alternativy k sebevraždě". Uvědomil jsem si, že dělám pro svou svépomocnou práci maximum a přesto bych si osobně na takovou skupinu úplně netroufl. Ale fakt, že ji lze založit a zabývat se na ní vším, co nás od konečného kroku vzdaluje, má hluboký smysl, říká Michal Kašpar.

Lisa Forestell v rozhovoru na kameru v Haagu uvedla, že má zkušenosti se slyšením hlasů od svých tří let. Lisa zmínila, že děti často slyší hlasy, ale většinou z toho vyrostou. Také mluvila o hlasu, který ji od malička doprovázel a pomáhal. Byl na ni hrdý a věřil, že společně mohou vytvořit bezpečné místo pro slyšitele hlasů.

MICHAL KAŠPAR

Výprava na
10. Světový kongres Slyšení hlasů do Haagu

12. – 15. září 2018

Adi Hasanbašić
Sabina Kamenová
Michal Kašpar
Břetislav Košťál
Lenka Škvorová
Veronika Vojáčková

Kromě podpory ze strany hostitelské organizace Intervoice a pražského Fokusu, vybírali delegáti ze Slyšení hlasů Praha i příspěvky na crowdfundingové stránce Startovač.cz.
Po návratu uspořádal Fokus Praha v prosinci besedu s účastníky delegace do Haagu, je ke zhlédnutí na Youtube pod názvem: *„Studio 27 - beseda s Hlasy Praha"*

https://www.youtube.com/watch?v=93K8ooMdQIg

TÉMA / ÚRYVEK Z KNIHY **ROZPOLCENÁ DUŠE**

Hlasy voices

text Pavel Oulík **a** LiamRenXIII
ilustrace LiamRenXIII

Hlasy se objevily v mém životě, když mi běžná realita přestala dávat smysl.

Nechodil jsem do školy, studoval jsem paranormální jevy, kterými jsem byl posedlý, a v noci jsem se bezcílně toulal temným městem. Věřil jsem, že mě někdo na dálku ovládá a čte mé myšlenky, věřil jsem na telepatii. Nejprve se hlasy ozývaly pouze v mé hlavě, pak jako šepot – vždy zezadu, tak metr ode mne. Častokrát jsem se otočil, abych se ujistil, že za mnou někdo skutečně nejde. Párkrát jsem zahlédl zvláštní bytosti, jež vypadaly jako stíny nebo siluety. Nebral jsem hlasy jako sluchové halucinace – přišly mi naprosto reálné, jakoby měly svou vlastní identitu. Volaly mé jméno a chtěly se mnou mluvit. Zprvu jsem jim odpovídal, pak jsem je začal ignorovat. Bylo to však čím dál těžší. Rušily mne večer, když jsem se marně snažil usnout a zasahovaly do konverzací, jež jsem vedl s přáteli a rodinou. Nenechaly mě být ani v běžných situacích – když jsem si šel nakoupit, jel tramvají nebo cvičil na kytaru. A někdy se mezi mé myšlenky připletl démonický hlas, který snad musel pocházet z jiného světa.

Když mě hlasy děsily, bojoval jsem s nimi za pomoci sluchátek a hlasité muziky. Po nějaké době jsem si na ně natolik zvykl, že mi slyšení hlasů přišlo normální. Někdy bylo hlasů více najednou, často se mezi sebou hádaly. Hlasy většinou komentovaly mé počínání, kritizovaly mne a nadávaly mi. Čas od času mi dávaly rozkazy – třeba kudy mám jít či co mám, nebo nemám jíst. Když mi bylo nejhůř a byl jsem v depresi, tak jsem se připravoval na sebevraždu, a hlasy mě v tom podporovaly. Podporovaly mne také v sebepoškozujícím chování jako bylo pití nebo řezání se na předloktí. Mé hlasy nebyly hodné a podporující – šel z nich strach. Pronásledovaly mne a snižovaly mi sebevědomí.

Přátelé se mne často ptali, jaké to je slyšet hlasy, ale já jim to nikdy nebyl schopen popsat. Možná jednou vytvořím zvukovou simulaci. Nebo si představte, že vám všechny vaše myšlenky zní v hlavě jako cizí hlasy, a že jsou stejně hlasité jako hlasy reálných lidí. Na mě to působilo dost paranormálně a vedlo k bludům, že mě někdo ovládá, čte mé myšlenky a vkládá své vlastní do mé hlavy.

Psychiatři se často ptají, zda slyšíte hlasy. Jsem rád, že nejsem jediný, kdo by odpověděl kladně. A měl jsem štěstí, že antipsychotika mé hlasy zcela umlčela. Od doby, co beru léky, jsem je neslyšel a jsem za to moc rád. Pomáhá mi to soustředit se zase na skutečný svět. Hlasy mi opravdu nechybí a psychóza s jejich výskytem je provždy jednou z nejzvláštnějších etap mého života.

LIAMREN 13 *&* ***PAVEL OULÍK***

Recenze
Healing Voices

Healing Voices je americký dokumentární film o alternativách v péči o lidi, které psychiatrie označuje jako duševně nemocné. Hlavní dějová linka sleduje příběhy tří lidí a to, jak se vypořádávají se svými problémy. Oryx pracuje jako peer lektor, Jen založila vlastní skupinu slyšení hlasů a Dan se naučil fungovat i přesto, že byl každý den v úzkém kontaktu se svými hlasy.

Celým dokumentárním filmem prostupuje nedůvěra v psychiatrické řešení duševních nemocí. Hodně se mluví o alternativách – Oryx a Will Hall promlouvají o postupném snižování léků a o možnostech peerské podpory. V pozdější části filmu se dokonce dovídáme o takzvaných peer domech, jako o alternativě k hospitalizaci na psychiatrickém oddělení. Snad je jen škoda, že se o těchto alternativách nedovídáme více, když hlavní linka dokumentárního filmu především sleduje životy svých protagonistů a méně času je vyhrazeno na rozhovory se zajímavými lidmi.

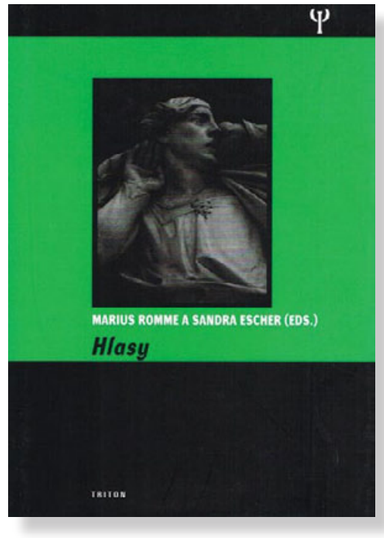
Jen zmiňuje jaký efekt měla její skupina slyšení hlasů na životy lidí, kteří na skupinu docházeli a Dan mluví o životě a o zvládání práce s hlasy, které jsou s ním v neustálém kontaktu. Oryxův příběh zahrnuje i návštěvu psychiatrické nemocnice, když se mu ke konci dokumentárního filmu udělá kvůli stresu a nedostatku spánku špatně. Právě tam se dozvídáme o existenci peer domů, kam se Oryx uchýlí.

Mně se film celkově líbil – rád jsem se dozvěděl příběhy tří zajímavých lidí, kteří dokáží žít s duševními problémy bez větší účasti psychiatrie. Některé jejich příběhy byly přímo inspirativní. Snad bych jen uvítal více informací o peer podpoře ve Spojených státech. Určitě by takové informace bylo možné použít i v práci s duševně nemocnými u nás.

JIŘÍ KRUPIČKA

Recenze
Hlasy

Marius Romme a Sandra Escher (eds.)



Do rukou se mi dostala už deset let stará kniha o slyšení hlasů a vzhledem k tomu, že jsem se se slyšením hlasů sám dlouho potýkal, neváhal jsem, a pustil se do jejího čtení.

Začátek vypadal slibně – dozvěděl jsem se o tom, jak psychiatr Marius Romme nalezl v Holandsku 450 slyšitelů hlasů, z nichž 150 nemělo s hlasy žádné potíže. Zorganizoval pro ně konferenci, kde poprvé přednášeli pouze lidé slyšící hlasy. Píše, že: 'Mnoho z toho, co jsme na kongresu slyšeli, potvrdilo, že redukovat hlasy na pouhou patologii nepřináší pacientům v jejich snaze je zvládnout užitek.' Bylo tedy nutné pochopit, proč některým lidem slyšení hlasů nedělá problémy, a jak pomoci lidem, kteří s hlasy problémy měli, ale nenacházeli v psychiatrii žádnou smysluplnou pomoc. Tím v podstatě začalo hnutí slyšení hlasů.

Další část knihy už pro mě byla těžší ke zkousnutí, neboť čtvrtá kapitola pojednává o parapsychologii, psychických a mystických zážitcích, magnetismu, a snaží se v těchto oblastech najít důvod pro vznik hlasů. Připomíná, že všechny postavy západních monoteistických náboženství (Mojžíš, Ježíš a Mohamed) slyšeli hlasy.

Šestá kapitola pojednává o lidech, kteří se svými hlasy mají fungující vztah. Ukazuje se, že skutečným problémem nejsou hlasy, ale neschopnost je zvládnout. Všech sedm lidí v této kapitole mají pro své hlasy parapsychologické nebo spirituální vysvětlení. Například chápou hlasy jako duše zemřelých. Mě by zajímalo, zda se mezi lidmi, kteří s hlasy umí pracovat, nenajdou i tací, kteří mají pro své hlasy jiná vysvětlení.

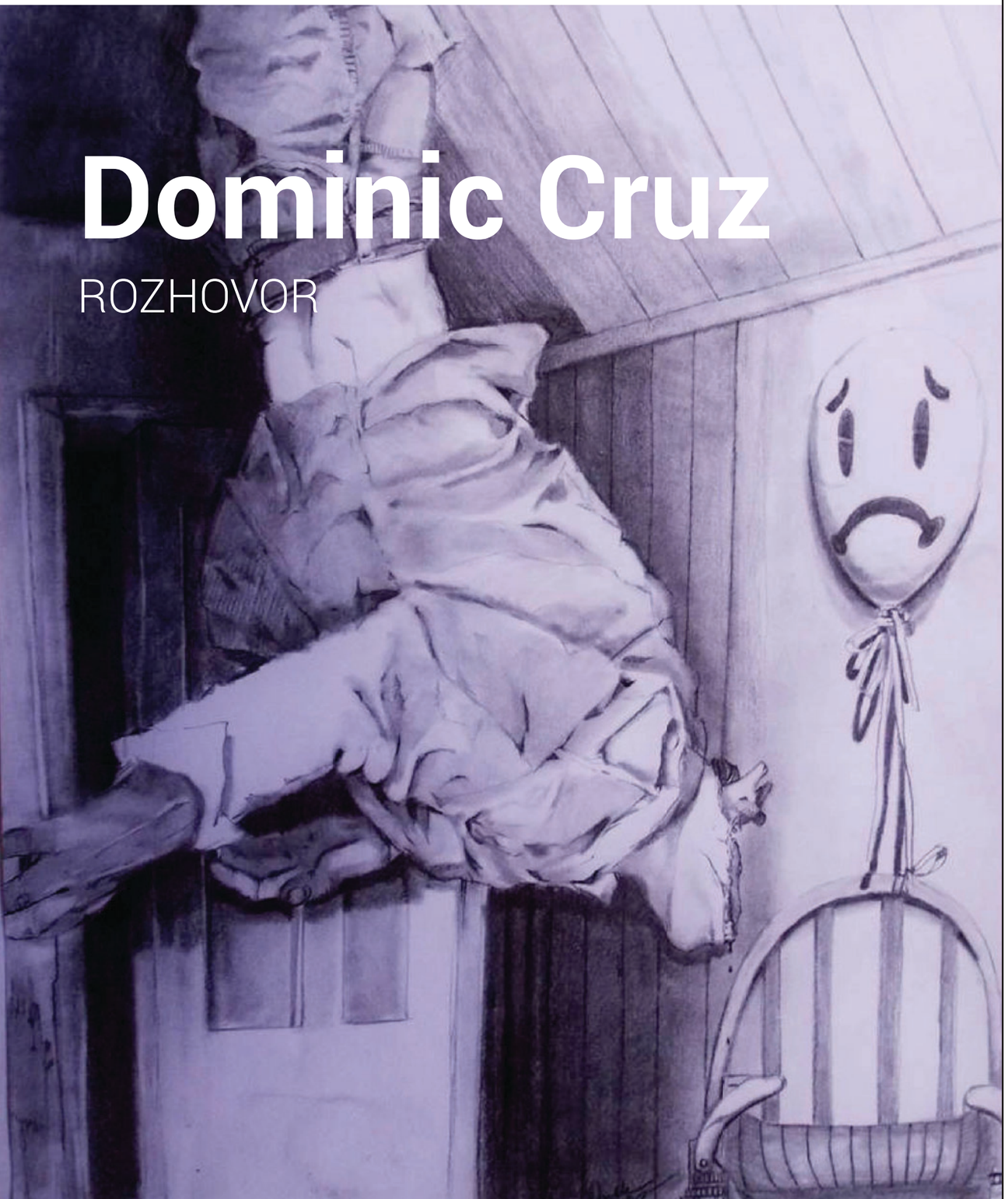
Kniha pokračuje v několika pohledech na parapsychologii, mysticismus a osobní rozvoj. Až v osmé kapitole se dozvídáme příběhy lidí, jež v nějakou dobu zachytila psychiatrie, a kteří byli kvůli hlasům i hospitalizováni. Mnozí z těchto autorů museli psychiatrii opustit, aby se se svými hlasy mohli identifikovat a najít cestu, jak s nimi bezproblémově žít.

O kapitolu dále píše Marius Romme o psychiatrických a psychologických vysvětleních slyšení hlasů a o formách léčby či pomoci z těchto směrů. Pro mě osobně byla tato část nejvíce zajímavá a odpověděla na některé otázky, které jsem do té doby měl.

Kapitola deset pojednává o různých technikách, jak hlasy zvládat, a jako taková je pro slyšitele hlasů nejvíce užitečná. Píše se zde o užívání deníku, o svépomocných skupinách či o technikách zvládání úzkosti. Medikace je až na posledním místě, pár stránek před zakončením knihy. Vzhledem k tomu, že kniha je do určité míry antipsychiatrická, snad ani nemohlo být jinak.

Na závěr je nutné říct, že kniha 'Hlasy' může být zajímavá pro kde koho – ať už člověk hledá vysvětlení pro fenomém hlasů v duchovní nebo psychologické sféře. Kapitola o zvládání hlasů je skvěle napsána a může pomoci lidem bojujícím se svými hlasy. Bez pochyb i rodinní příslušníci či lidé pracující v oblastech, kde pomáhají lidem slyšícím hlasy, mohou z této knihy mnoho vytěžit.

JIŘÍ KRUPIČKA



Dominic Cruz

ROZHOVOR

Ať malba sama vypráví!

Když jsem mluvil s Dominicem Cruzem (1998), americkým malířem samoukem, měl jsem skoro dojem nějakého spiknutí. Jak může trauma být zdrojem něčeho mimořádného? Dominicovo umění je jen stěží oddělitelné od jeho osudu. Ale zároveň vypráví příběh, který nejde vměstnat do slov.

Po většinu dnů se Dominic Cruz po návratu z práce pokouší dostat obrazy ze své mysli na papír. Pomocí svého kreslícího náčiní načrtává vize ze své hlavy. Popadne například uhel a rychle se pustí do svých kreseb a skic. „*Tyhle extrémy, co zažívám, jsou jak z jiného světa. Den za dnem, noc za nocí, se má mysl stále víc noří do tohoto příšerného víru. Mysl přichází s obrazy, které ruka přivádí v podobě myšlenek na papír nebo na plátno. Malby prostě dokážou ukázat mnohem víc, než by mohla slova.*“ Dominicova obrazotvornost není zrovna všední. Temné zmučené postavy žijí svým životem každému na očích. Jsou podobní lidem i bohům, plné života a zároveň zachycené v jakési podivné křeči. Třesou se jak v epileptickém záchvatu, ale přitom neztrácejí nic ze stability a pevnosti Julia Caesara. Jakmile si všimnete těchto paradoxů, chcete se dozvědět mnohem víc.

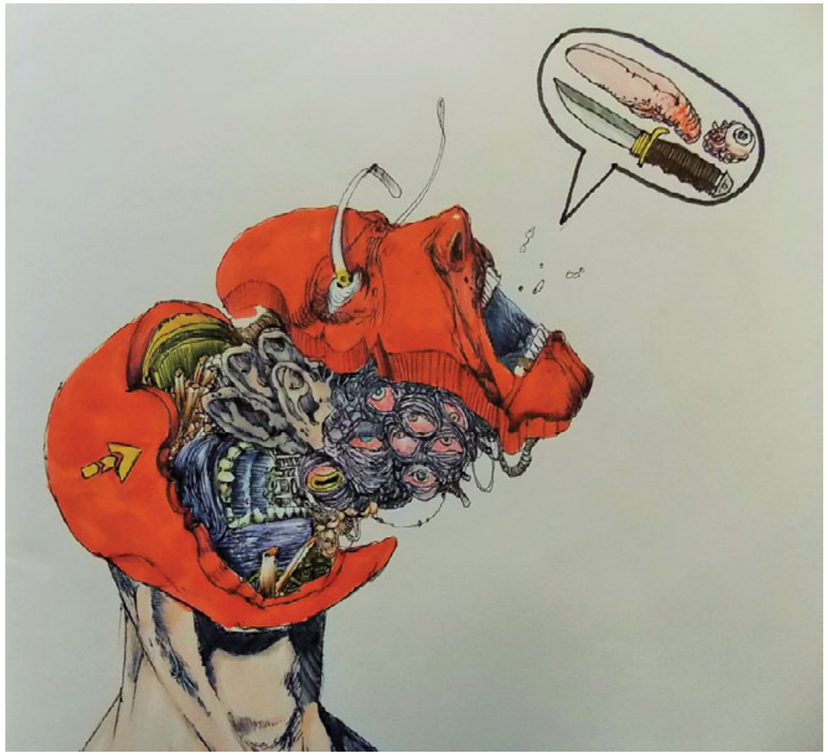
„Připouštím, že jsem neprošel uměleckým vzděláním.“

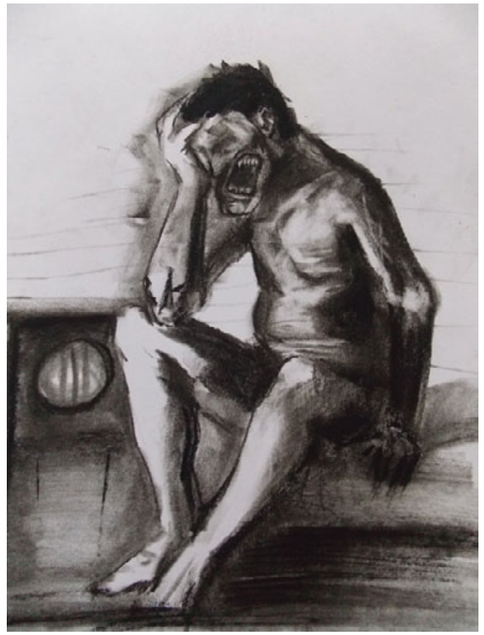
Dominic Cruz je samoukem. Ano, v minulosti byl umístěn do umělecké školy, ale tam se dělaly spíš tradiční věci. „Začalo to někdy před šesti, sedmi lety. Promarnil jsem spoustu času roztržitostí, spíš, než abych se soustředil na samotné umělecké vzdělávání. A je velká ironie, že právě v té době jsem začal experimentovat s kombinovanou technikou a akrylovými barvami ve svém vlastním volném čase. Akryly mě zaujaly nejvíce, protože jsou unikátní svou chemií. Mají svou vlastní krásu, kterou obdivuju a které rozumím.“ Ačkoliv mu přirozené okolí nebylo příliš nápomocné v jeho uměleckých vizích, není na ně úplně sám. Hluboce obdivuje dílo malířů minulosti, zejména Pabla Picassa, Francise Bacona a Vincenta van Gogha.

Exprese nájem nezaplatí

Ačkoliv přistupuje k umění s takovou vážností, má stále normální práci a jen občas si přilepší prodejem svých maleb. Hledat obživu ve společnosti je pro něj velmi těžké, připomíná to jeho dětská traumata. Možná v jiné zemi by dostal důchod na svou diagnózu z autistického spektra. Ale v USA panuje přesvědčení, že jedině překážkovou drahou je možné správně vychovávat obyvatelstvo. „Ale jsem člověk jako každý jiný. Nestěžuju si. Něčím se zaměstnávat je vždycky ku prospěchu věci,“ říká Dominic s potutelným úsměvem. Malba je pro něj i svého druhu terapií. Bohužel neplatí, že se stačí věnovat jen svému osudu, ten totiž složenky nezaplatí.

TOMÁŠ VANĚK





Dominic Cruz

www.deviantart.com/
BlackSerpentsIndigo

Zkrotlá monstra a jiné bytosti

V PODIVUHODNÉM KABINETU DOKTORA BENWAYE

ROZHOVOR
S THOMASEM
DORMANEM

Přinášíme první dvě části interview Tomáše Vaňka s Thomasem Dormanem

I. Temná představivost a její mystika

Tvá umělecká díla se mohou zdát lidem poněkud temná. Bylo těžké si temnotu připustit? Vidíš v temné látce nějaký skrytý potenciál?

Temné aspekty existence byly odjakživa mou obsesí. Už jako batole jsem kreslil monstra a byl jsem poslán k dětským psychologům, diagnózu ale nestanovili. Nejsem schopen si vybavit žádný hrůzný moment z mého mládí, který by vysvětlil mé tíhnutí k temnotě. Byl jsem v podstatě šťastné dítě, ale posedlé hororovými filmy atd.

Mí rodiče jsou nábožensky založení a poslali mě do křesťanské školy, kde jsem se setkal s lidmi, kteří věřili v doslovnou existenci démonů. Nemohl jsem si pomoct a prozkoumával jsem dál tento neznámý temný svět, který je pro dítě strašidelný a mně zrovna fascinoval až trochu moc. Až později jsem si uvědomil, že všechno tohle bude mít dlouhodobý vliv na můj život. Stalo se to velkým tématem, když jsem v mládí experimentoval s psychedeliky. Vlastně si myslím, že mě to psychologicky poškodilo, ale zároveň mi to ukázalo, jak může víra ovlivňovat můj vnitřní život. A přivedlo mě to také k jistému skepticismu k těmto typům náboženství.

Mám extrémně smíšené pocity ohledně vnitřního přijetí této temnoty. Nemohu jí utéct a zároveň i věřím, že nesmí být ignorována. V temnotě je pravda, která by měla být vynesena na světlo, ale zároveň je skutečně nebezpečné se do temnoty vydat. Některé pravdy jsou z psychologického hlediska také škodlivé.
Připadá mi nemožné tvořit, když jsem demotivovaný negativními emocemi. Mnohokrát jsem byl ochromen nihilismem. Je téměř nemožné tvořit, když věříš, že vesmír nemá žádný smysl. Mé umění je vlastně způsobem vytváření smyslu v životě. Každým novým dílem unikám ze spárů nihilismu.

Tvá umělecká společnost nese název BlackMilk. Ale mléko je (jak víš) bílé. Je to tedy odmítnutí přírody, savčích matek a Boha?

BlackMilk Production je názvem, pro který jsme se rozhodli jako skupina, takže si myslím, že každý z nás má jinou interpretaci jeho významu. Pro mě jsou to hřejivé, vyživující temné filmy, které snad zanechají vaši mysl plnou zajímavých metafor a na moment vás uspokojí, než budete chtít vidět další.

Co tě přivedlo na cestu dekadentního umělce?

Mám dojem, že je to pro mě přirozený směr. Dekadence mě vždycky zajímala, od spisů Rimbauda, De Sadeho a Williama Burroughse, až po umění Moreaua, Hermanna Nitsche a H.R. Gigera.
Nevyhýbám se nižším pudovým silám v sobě, kterými jsou strach a touha. Jsou to základní hybné síly u zvířat i lidí. Nicméně se snažím zapracovat „spirituálnější" aspekty krásy a tajemství jak do sebe, tak do mého umění.

Tvořím svobodně. Někdy mám na mysli silnou metaforu, jindy prostě jen vyjadřuju krásu, strach nebo touhu. Obě tyto metody jsou úspěšné, dokud dávají mému životu smysl prostřednictvím aktu tvorby. A zahání to démony.
Ve svém každodenním životě se snažím žít eticky, protože jsem zjistil, že dekadence může mít negativní dopady, zatímco dekadentní umění tyto důsledky nemá.

Tvé dílo je velmi široké. Je téměř nemožné odhadnout, co je jeho jádrem. Možná stojíš sám v jádru svého umění? Podobně jako se říká, že umělci pracují s materiálem, zatímco mystici vytvářejí sami sebe.

Ano, jsem jádrem toho všeho. Je to existenciální cvičení. Mé umění je vyjádřením mě samotného, který se zoufale snaží dát smysl svému životu a v posledku vytvořit sebe samotného. Proces, kterým procházím, je nejdůležitějším aspektem tohoto umění.
Míval jsem bludy o tom, že mé umění bude žít věčně, ale pak jsem si uvědomil, že je to celé jen o tom vytváření v smyslu v dané chvíli. Když netvořím, stávám se bezcenným stvořením, které hledá potěšení, zatímco uniká bolesti.

II. Umění jako společenská kritika a provokace

Zdá se, že nemáš rád jedlíky. Jsou metaforou konzumní společnosti?

Mám ve zvyku nechávat interpretaci na divácích, takže pokud to takhle vykládáš, je to přinejmenším tak platné (alespoň pro tebe) jako mé záměry. Nicméně si myslím, že by umění nemělo prodávat ideologii ani produkt. Pokud by cokoliv z toho dělalo, stalo by se propagandou nebo reklamou, které mají sice své místo ve společnosti, ale já je nedělám. Věřím v důležitost mnohoznačnosti v současném umění. Média jsou už takhle zaplavena propagandou a reklamou. Mě více zajímají existenciální témata, která umožňují lidem definovat svůj vlastní význam. Uvědomuju si, že se u mnoha mých děl nabízí anti-konzumní interpretace, a jsem si i jistý tím, že to občas bylo mým záměrem, ale nic bližšího k tomu asi říct nemohu.

Téma jedení a zvracení, stejně jako mé odkazy na jídlo, považuji za jakousi vnitřní, viscerální obrazotvornost, která je otevřena interpretaci, plná metafor a překypující vlastním významem.
Například, pro mě je obraz včel vylétávajících z úst ženy s plástvovou hlavou vyjádřením mých vlastních tvořivých postupů. Med je umění. Žena prožívá děs z jeho tvoření, kvůli včelám, které poletují kolem, zatímco ho vytváří. Pyl je jako inspirace. Často vytvářím svůj sebeobraz, dokonce i když kreslím nebo fotografuji někoho jiného. To je jen má osobní interpretace, mým záměrem však bylo vytvořit něco, co je otevřeno interpretaci druhých.

Kdybys měl obří vliv na společnost, co by bylo tvým činem nebo vzkazem?

To je složitá otázka. Jsem strašně šťastný, že na ni nebudu muset nikdy seriózně odpovídat, protože bych pak musel i přijmout zodpovědnost za plody takového vzkazu.
Stále se proměňuji, takže je pro mě těžké nést nějakou jednu jedinou zprávu. V současné době je to myslím tak, že bych byl rád, kdyby se lidé více soustředili na svůj vnitřní život a zkoumali tajemství lidské existence. Všichni jsme uvízli v hlavách jiných lidí, vidíme se tak, jak si myslíme, že nás vidí druzí. To je sebeklam. Nikdy se nemůžeme vidět tak, jak nás vidí druzí. Jsme natolik zaměstnáni hledáním své osobní hodnoty prostřednictvím druhých, že zapomínáme, že jsme to především my sami, kdo má dávat hodnotu své vlastní existenci. To je myslím nesmírně děsivá myšlenka pro většinu lidí. Je to obrovská zodpovědnost. Mnoho mých děl tematizuje právě ten odraz člověka v očích druhých.

Dávají podivné věci, které zobrazuješ, tobě i lidem svobodu k osobní volbě?

Ano. Jako se vším v životě, má člověk svobodu vybrat si, jak bude něco vykládat a jak na to bude reagovat. Osobní svoboda je pro mě nesmírně důležitá. Umění, která trvá na jediné interpretaci a které vyžaduje jen jedinou odpověď, je často spíš ideologií vydávanou za umění. Ne vždy, ale často.

Na deviantart.com jsi dobře známý jako Dr-Benway. Jeho specialitou je vytvářet vykloubené umění (Entartete Kunst). Jak vnímáš historii umění. Je ti užitečná? Možná třeba i jen pro účely provokace?

Entartete Kunst je nacistickým názvem pro umění, které nepasovalo do jejich politické vize. Viděl bych to jako velkou poctu, kdybych se mohl řadit mezi tyto umělce, z nichž mnozí představují mé oblíbené umělce a styly. Jsem velkým fanouškem Schönberga, Kurta Weilla, Otto Dixe a jazzu. Jsem velmi ovlivněn historií umění, od Hieronyma Bosche po Vaughana Aldena Basse. Od Junji Itoa po Man Raye.

Fašisté ničili inteligenci a umění, ale zároveň vytvářeli brutalitu v každodenním životě. V čem spatřuješ jejich odkaz dnešní společnosti?

Skupiny se silnými ideologiemi často nelibě nesou individuální sebevyjádření, které je mimo jejich kontrolu. To není pouze doménou fašistů, ale většiny skupin, které trvají na takové vizi, že by jedinci měli společně směřovat k utopickému cíli. Fašismus je produktem strachu ze všech těch úžasných rozdílů, které z nás dělají oddělené jednotlivce.
Fašismus nám jasně ukázal, že zdaleka ne všechna nejhorší monstra jsou animalistická a chaotická (přírodní), ale že některá z nich jsou systematická, vypočítavá a řádná (mechanická).
Jejich odkazem je asi to, že jsme nyní schopni rozpoznat tento typ monster lépe než dříve a snad s nimi i lépe naložit, než nás stráví zaživa. Jsem si jist, že přijdou další typy monster, které budeme muset v budoucnosti překonat a které budou velmi odlišné od fašismu, a proto bude nejspíš těžší je rozpoznat a zvládnout. Myslím, že mnohá monstra, kterým čelíme dnes, jsou stěží rozpoznatelná a velmi manipulativní.

A na závěr jedna osobní otázka. Je těžké být sám sebou a zároveň se udržet v mezích relativní normality?

Když vezmu v potaz mou identitu jako jedince, bylo to pro mě extrémně složité, když jsem byl mladší. Má metoda zacházení s tématem identity byla sebedestruktivní. Odmítal jsem převzít zodpovědnost a trval na tom, že je to zbytek světa, kdo se musí změnit. Bojoval jsem se sebou a neuvědomoval si, že nejsem svými touhami ani tou falešnou identitou, kterou jsem nosil v hlavě. Autenticita je hlubší než tyto povrchní věci, a tak je důležité vypořádávat se s bludem sebe identity. Nejsme fixními objekty, ale pohyblivými a proměnlivými bytostmi.

TOMÁŠ VANĚK

Thomas Dorman

alias Dr-Benway (1976)

www.deviantart.com/dr-benway

Narodil se ve městě Windhoek v Namibii. Nyní žije v Kapském městě v JAR. Studoval grafický design a komerční umění, zatímco žil divokým životem v Kapském městě a okolí na začátku 90. let. Velkou část svých malých příjmů utratil za knihy o filosofii, psychologii a historii umění, ale také o kontrakultuře, skepticismu, vědě a mysticismu. Právě tato až eklektická škála témat měla velký vliv na jeho umění. Po letech finančního strádání získal v polovině 90. let svou první práci jako grafický designér. Poté, co se oženil s Nerine Dormanovou, usadil se natolik, že mohl začít vytvářet své vlastní umění jak v oblasti fotografie, tak digitálního umění – a to pod pseudonymem Dr-Benway. Pustil se také do ilustrací tuší a práce s barvou. Spoluvytvářel jako scénárista a režisér krátké artové filmy se skupinou podobně smýšlejících umělců pod značkou *BlackMilk Productions*.

Věrka Schmidová

Měla jsem obrovské štěstí, že nás tenkrát učily největší kapacity, co se rehabilitace týče. A byli strašně přísní, nároční a nekompromisní, absolutně nic nám neodpustili. Jejich slova: „Nemůžeš? Tak musíš!“ „Tisíc krát znovu musíš!“ „ Slovo nemůžu, neznáme!“

Pohyb provázel celý můj život. Tatínek byl tělocvikář, moje starší sestra několik let závodně lyžovala a mně nezbývalo nic jiného než se hodně snažit, abych jim stačila. Žili jsme na Slovensku a jak napadl první sníh, už se jezdilo. Později se z tatínka stal mezinárodní rozhodčí ve střelbě, sestra se odstěhovala a já začala tancovat. Chvíli i závodně. Moc jsem chtěla jít studovat tanec a choreografii, žel, školu neotevřeli a já šla studovat fyzioterapii. Ta se velice rychle stala smyslem mého života – cvičit, pomáhat, vymýšlet, přemýšlet, jak druhým pomoct. Znovu je naučit se hýbat, chodit …
Měla jsem obrovské štěstí, že nás tenkrát učily největší kapacity, co se rehabilitace týče. A byli strašně přísní, nároční a nekompromisní, absolutně nic nám neodpustili. Jejich slova: „Nemůžeš? Tak musíš!“ „Tisíc krát znovu musíš!“ „ Slovo nemůžu, neznáme!“

Díky tomu jsem dokázala pomoci mnoha lidem.
A později i sobě. Byla jsem na sebe stejně tak náročná a přísná, jako kdysi na své pacienty.

Pak přišel zlom – jedno nepovedené lékařské vyšetření, opomenutí udělat test na alergii na kontrastní látku, 6 týdnů v kómatu, totální ochrnutí celého těla.
Ale za to dlouhé kóma jsem vděčná. Prodělala jsem klinickou smrt a tunelem šla za světlem. Až k hranici, kde jsem se potkala s Bohem, kterého jsem do té doby neznala, pochopila jsem hodně věcí, přehodnotila všechny své priority a pochopila, že to, co bylo důležité, vůbec důležité není.
Mnohé jsem poznala, mnohé jsem pochopila, něco jsem později částečně popsala v povídkách „Křižovatka dvou světů“, „Jak se vrací paměť“, „Paralelní svět“ …

Půl roku jsem byla úplně celá úplně ochrnutá. Ale jak pan Werich jednou řekl: „když už člověk jednou je, tak má koukat, aby byl“. A tak následovaly celé hodiny tvrdé dřiny každý den, celé roky. Když už jsem nemohla, vybavila jsem si slova svých učitelů a slova, která jsem já říkávala svým pacientům – „Nemůžeš? Tak musíš!“
Tvrdá dřina přinesla po pěti letech nějaké výsledky. Ne na dlouho ale. Jeden špatný odhad, střet kamionu s osobákem … A výsledek? Otřes mozku, krvácení do mozku a Invalidní vozík, tentokrát už napořád.

Touha tancovat a pomáhat druhým mě neopustila ani potom. Vystudovala jsem ještě psychoterapii. Ale fyzioterapie a tanec vždy byl můj koníček, smysl mého života.

K tanci jsem se nakonec opět ještě dostala. Bylo mi nabídnuto stát se členkou Baletu Globa spolu s několika málo dalšími vozíčkáři. Bylo to krásných deset let – divadla v Praze, Brně, Ostravě, Olomouci, Opavě a mnoho dalších. Vyprodané sály, potlesky ve stoje …
A to vše proto, aby zdraví lidé viděli, že i lidé na vozíku dokáží něco víc, než jen sedět doma a něco, co možná ani oni nedokáží – rozdávat sílu, víru, krásu.
Pak moje slabé, vyčerpané tělo řeklo „dost“ a já se musela tancování s těžkým srdcem vzdát.

Nutnost každodenního cvičení a moje dost těžké tělesné postižení mě vedly k tomu, že jsem hledala takové cvičení, které bych zvládla i sama, které by mi vyhovovalo víc a dalo by mi víc, než klasické cvičení na rehabilitačním oddělení jednou za rok.

Kdo hledá, najde. Našla jsem čchi-kung, u kterého mě zaujalo, že spojuje tělesný pohyb s dýcháním, s prací s energií a s cvičením v představě.

Jenom jsem si toto cvičení musela upravit podle svých možností a schopností. A protože lidí na vozíku a jinak různě postižených, slabých a nemocných je hodně, tak jsem několik cviků poslala i do časopisu „Vozíčkář“. Na základě toho mi nabídli u nás ve spolku vozíčkářů, jestli se nechci s nimi o to vše podělit. Setkáváme se, ukazuji jim, co cvičit a jak, aby se třeba rychle zbavili problémů s karpálním tunelem, s bolestmi hlavy, ramen … Učím je různé automasáže (masáž, kterou si dělá člověk sám a které jsou nedílnou součástí čchi-kung).
A protože zájem je a věřím, že toto nenáročné cvičení, může mnoha lidem aspoň trochu pomoct, tak jsem sepsala „Ozdravná cvičení pro vozíčkáře a ty, kteří raději cvičí vsedě.“
A co dál? Nevím. Zatím píši a cvičím, cvičím a píši. Psaním se snažím jednou vykouzlit lidem úsměv na tvář, jindy je donutit se trochu zamyslet.
Cvičím proto, že cvičení je pohyb a pohyb je život. A když už jsem byla vrácena na tento svět, tak asi proto, abych žila.

Věrka Schmidová

Věra má za sebou dvě zkušenosti, kdy se přiblížila smrti. Je odkázaná na invalidní vozík, ale přesto zvládá cvičit a tancovat. Věří, že lidé na vozíku jsou schopní předávat sílu, víru a krásu. K tomu píše a na tvářích svých čtenářů vyvolává úsměv nebo nutí k zamyšlení.

Michal Kašpar

Nedokázal jsem rozeznat realitu od psychózy

Michal Kašpar má vystudovanou žurnalistiku, je také velmi zdatný v jazycích. Od konce devadesátých let se učí žít s paranoidní schizofrenií, svou zkušenost s nemocí a praxi v médiích se snaží kombinovat ve Studiu 27, které destigmatizuje duševní onemocnění.

Jaké jsi měl dětství?

S bratrem Karlem jsme měli harmonické dětství. Bratr se v první třídě potýkal s dysgrafií, a aby mi nemusel předčítat pohádky, už v mých třech letech mě naučil číst. Později jsem kvůli tomuto nadání hodně zlobil ve škole, naštěstí jsem se po druhé třídě dostal na jazykovou školu. Tam se mé nadání na jazyky posílilo. Zatímco bratr nadával na ruštinu, já ji měl rád, byl jsem na jazyky prostě dobrý. O dva roky později jsem přestoupil do jiné třídy a začal studovat francouzštinu. Byli jsme dobrá třída, a i když jsem nevynikal úplně ve všem, základní školu jsem ukončil s jedinou dvojkou z tělocviku a odešel tak s vyznamenáním.

Na jakou školu ses rozhodl pak jít?

Pokračoval jsem ve studiu na Nerudově gymnáziu, kam se dostala i větší část mých spolužáků ze základní školy. Učitelé už na nás nebyli tak přísní jako ti na základce. Naše třída měla na škole nejlepší prospěch, účastnili jsme se i výměnného pobytu v Belgii. Pak přišla Sametová revoluce.

Vzpomeneš si na něco ze 17. listopadu 1989?

Byli jsme z toho nadšení. Byla stávka a studenti na náměstích. V pátek 17. listopadu jsme nejprve šli do tanečních, ale před taneční školou jsme se domluvili, že pojedeme na Albertov. Vystoupali jsme v davu na Vyšehrad, kde se pokládaly květiny a svíce. Při výskoku na zídku jsem si roztrhl kalhoty od obleku a díru jsem pak ukrýval pod bundou. Průvod se pak stočil okolo Národního divadla na Národní třídu, a když se schylovalo

k násilí, na poslední chvíli jsme utekli boční uličkou. Revoluce byla plná informací a ideálů, začalo mě bavit číst noviny, což předtím byla nuda.

Jak jsi prožíval prvotní léta svobody?

Devadesátá léta přinesla spoustu legrace, alkoholu, cigaret a měkkých drog. Studoval jsem tou dobou na dvou vysokých školách a ve Francii. Začalo nové milénium a já, coby psychotik s vystudovanou žurnalistikou, jsem najednou nevěděl, co nabídnout.

V té době jsi už zápasil se schizofrenií?

Onemocnění se projevilo koncem devadesátých let. Na začátku se sešlo několik událostí. Vrátil jsem se po roce studia ve Francii a cítil se vykořeněný z domova, pracoval pro bulvární televizi, která mi vzala hodně energie. Potom jsem přišel o práci a tedy i o příjem, následoval rozchod s přítelkyní. Uvědomoval jsem si, že se něco děje, ale nedokázal jsem rozeznat realitu od psychózy.

Jak se schizofrenie projevovala?

Byl jsem hospitalizovaný v psychiatrické nemocnici v Bohnicích. Myslel jsem si, že mě každý sleduje. V nemocnici jsem strávil šest týdnů, pak jsem nastoupil do Denního psychoterapeutického sanatoria Ondřejov. Nemoc se pak vrátila po letech znovu, ale zvládl jsem ji dostat pod kontrolu docházením na ambulantní léčbu v Ondřejově. Nemám moc pozitivní názor na psychiatrické léčebny a těch, kteří tam pracují, lituji. Myslí to dobře, ale otročí systému.

Také jsi vedl Lidové spontánní divadlo a hrál v kapele…

Nevěřil jsem si, často býval paranoidní a učil se s tím žít. Pracoval jsem tou dobou v Café Na půl cesty, a pak jsem založil divadlo s lidmi podobně nemocnými, jako jsem byl já sám. Potkal jsem tak stejně jako v Ondřejově spousta talentovaných lidí a osobních přátel. Divadlo LSD jsem vedl deset let a dvanáct let hrál v kapele LeKapr. Desetiletí umělecké realizace ale nakonec skončilo depresí a syndromem vyhoření, které jsem překonal zapojením do projektu Symbióza a později Aktivizace.

Kde pracuješ v současné době?

Pracuji ve *Studiu 27 – Zaostřeno na duši*, které medializuje duševní onemocnění a snaží se o jejich destigmatizaci. Vrátil jsem se tak ke svému vystudovanému oboru – žurnalistice. Také spolupracuji se spolkem Dobré místo, kde jsem znovu začínal jako novinář, později jsem tam zakládal divadelní dílnu a nyní se jako lektor věnuji začínajícím peer pracovníkům.

ROMANA LANDOVÁ

Michal Kašpar

Michal Kašpar má vystudovanou žurnalistiku, kterou využil ve své práci pro spolek Dobré místo. Pracuje ve Studiu 27, které medializuje duševní onemocnění a snaží se o jejich destigmatizaci. Rád zpívá a píše rapy, také se dlouho zajímá o divadlo a je jedním z vedoucích divadelní dílny *Centra pro rozvoj péče o duševní zdraví*.

*ILUSTRACE DOMINIC CRUZ / **MR. SANDMAN***

Hlas Johnyho Deepa

Slyšel jsem, jak mi v hlavě bije srdce. Ale to bylo ještě na začátku, než se ozvali. Než si mě prověřili. Pak už to bylo mnohem lepší… Když mi Katka říkala, ať se vyléčím, nechtěl jsem jí naslouchat. Mám doma hadrového panáčka, jmenuje se Emil. Ten mi pomáhá. Protože pomalu se táhnout ven je jako táhnout se dovnitř. Existuje cosi jako zóna, kde už to bývá jedno. V sobotu jsem vystoupil z těla a pak do něj zase nastoupil, pomohlo mi vědomí, že to ještě nechci skončit. Smáli se. Katka jim říká titáni, ale já jim tak neříkám. Mají na mě dobrý vliv, nedávno jsem složil všechny testy z cizích jazyků. Pak se to prohnalo okolo oken. Ráno jsme s Emilem číhali na holubici, večer přiletěla z cizích krajů vlaštovka. Mám rád všechny, kdo neubližují téhle vlaštovce. Jednou jsem viděl v dokumentu, že si vlaštovka jiřička umí otevřít dveře na fotobuňku. Prostě ví, kam naletět.

Nemám strach, že zešílím. Spíš se ukazuju v lepším světle, a to blázni nedělají. Přesto je vídám, ale neříkám jim titáni. Ošklivě si mě dobírají, protože to se ještě může, vím, že nevědí kam sáhnout, sklenice by jim z ruky vypadla. Emil a Johny jsou moji pomocníci. Jenže Emil je hodný, ale Johny je podvodník. Je s ním legrace. Naposled mě poslal do vany, kde nebyl špunt. Hlásil jsem mu to a on se smál spolu s nimi, ale pak nahlas zařval: Karel Jelínek je vaším pánem, odejděte přízraky. Báli se ho a báli se i mě, vyrazil by jim z ruky všechny sešity, kdyby se mu protivili. Johny Deep je můj kamarád, pojmenoval jsem si ho tak, protože připomíná amerického herce, ale je taky trochu jako já, takový spíš hloubavý člověk, hodně smělý a umí si užívat života, když je to na pořadu dne.

Obrátili se na něj s prosbou, aby je nezaháněl. Jenže jeho i vidím, ty titány jen cítím, jednou jsem je zahlédl, ale schovali se. Emil mi říkal, že se Johny už jen tak neztratí. A já mu na to říkám, Emile, ale to přece chceme… Nemyslíš? Měl mě rád. Když jsme ráno zase vyhlíželi vlaštovku, všechno se pohnulo a bylo potřeba jít se osprchovat. Chladivá voda, mírné vrnění sprchového přístroje, opravdu krásná pomoc pro toho, kdo se rád koupe. Emil mi tvrdil, že je čas, ale já mu říkal, čas ještě není. Teprve bude potřeba se ze všeho vyvlíknout. Padají mi oči a do těch očí stéká voda a s Katkou krmíme lamy a kozy dobrou hluchavkou. Kdybych byl jako Francisco de Goya, asi bych si nestýskal. Fakt nechci, aby to zase říkali, ale Johny je zažene, vyprávím Emilovi, jak jim to minule nandal.

Mám svrab na rukou a česnekovou pomazánku na topince. Víme o sobě, říkám mu a hladím si plnovous. Opravdu pozdě chodí jen zprávy o tom, že není vše ztraceno. Hladím ve sprše kabely s vodou, moc jich tam není, ale jsou tiché jako ten holoubek, občas zavrčí nebo vrknou, ale jsou tiché. Proudí jimi míza naší modré planety a já si tak konečně uvědomuju, jak moc jsem ztratil. Oni si to také myslí. Ale Johny s Emilem mne nenechají padnout. Bojím se, jestli nejsem jedním z nich. Nechci už o tom nic slyšet, tak si zacpu uši. Po chvíli se probouzím zase unavený, ale v tichém klidném pokoji sháním něco k pití, abych nestrádal. Na stole leží Emil, připadá mi probodený mou láskou, ale když se podívám blíže, vidím, že je v pořádku.

Večer mi volá Katka, asi by chtěla přijít, ale já se zrovna probudil, nejde to, říkám jí a pokládám telefon, beru do ruky knihu, ale vím, že číst nemohu, to mi nedělá dobře. Spíš? Ptá se mě hlas Katky a Johny jí říká oplzlá slova, kterým nerozumím. S Emilem čekáme na přílet jiřičky, bude to opravdu krásný večer. Beru si prášky, které mi pomáhají hledat samotu, volám Katce, ale na druhém konci je umělý hlas. V knize se píše o říši za světem, ale já tu knihu nečtu, jen jí listuju, nebo ji spíš odkládám, volá mi Katka, ale já se necítím na to, abych se kvůli ní zase zvednul a šel k telefonu, proto ho nechám vyzvánět a Emil s Johnym na mě křičí, každý po svém, svá slova o lásce a o tanci vesmírem, taky o dotycích a o zkáze člověka, který je sám sobě světem.

TOMÁŠ VANĚK

Jan

Staviteli a správci se často říká jedním jménem a tím jménem je Jan. Když Jan pláče, každá slza je novou planetou v galaxii, ve které se právě nachází. Často ze sebe vypláče celou solární soustavu. Práce ještě není dokončena – chybí život – a na ten nejde jít slzami. Tam už Jan musí vykasat rukávy a pustit se do práce, kvůli které se mu říká stavitel. Život může vypadat všelijak a mít různé stupně vědomí – a Jan ví, co z něj bude za pár tisíc let. A co teprve za desítky tisíc. A za miliony. Jan má velkou trpělivost a nevadí mu sledovat svět po nekonečnou řadu let, proto se mu říká správce. Janova práce nikdy nekončí.

Dřina

Janova práce nikdy nekončí, ani když by si to sám přál. Jednou prohrál v kartách s vousatým mužem v pozdním věku a od té doby převzal jeho práci. Musel každý večer brečet, aby okolo něj rostl svět a přes den se staral o vše, o co se jen Jan mohl starat. Zdálky sledoval život na tisících míst a doufal, že vyroste v něco, co v sobě dokáže skloubit inteligenci, zápal a empatii – tři znaky úspěšného života. Ne každý pokus skončil dobře. Konaly se války, zvěrstva, genocida. Ale i to patřilo k životu, který z určitého úhlu pohledu mohl někomu přijít jako velmi krutý. Ale když jste se dívali z pohledu Jana, no, to asi ví pouze Jan.

Povinnost

Jen Jan ví, jaké je to být Janem. Ti před ním se snažili podat dobrý výkon, ale nikdo z nich nebyl tak svědomitý jako Jan. Stavitel a správce v jedné osobě usíná s myšlenkou, že doufá, že z toho všeho přece jen vznikne něco velkého – něco nového – život, který překoná samotného Jana a zbaví ho jeho povinností. Nepřeje si to, protože by neměl svou práci rád – tu dělá svědomitě – ale protože si přeje zhlédnout něco, co tu ještě nebylo. Život, který ve svém růstu nalezne hloubky stavu vědomí, ve kterém každodenně žije Jan. I takové zázraky se mohou stát.

Zázraky

Mnohé zázraky se mohou stát a Jan to dobře ví. Úsvit nebo západ slunce. Probuzení celého národa. Malinký pohyb oblázku. Je toho tolik, že každý večer musí kvůli tomu plakat a s každou slzou začne něco nového.

PAVEL OULÍK

ILUSTRACE THOMAS DORMAN / ***JEWEL***

Dopis Delegátovi, pánu mimozemských civilizací

Přicházíš vždy velmi plíživě. Dokážeš se tak zaintegrovat do mého života, že si v podstatě nikdy nevšimnu, že je něco jinak. Špatně. Začne to nespavostí, úzkostí a paranoiou a už jsi mou nedílnou součástí. Domnívám se, že přicházíš, když mi život začíná kolabovat. Přicházíš, abys mě zachránil. Aby jsi vše napravil, dodal mi smysl bytí. S Tebou jsem někdo. Jsem napůl člověk, napůl entita Tvé vesmírné civilizace. Takový hybrid. Chyba ve vesmíru s hlubší podstatou. Mám fosforeskující krev, schopnost zabít pohledem a jediný účel. Předstírat lidskou existenci, získat si důvěru a pak vybít lidstvo svou enormní vnitřní destruktivní silou, aby se Tvé ovečky, vyšší druh, mohli přesunout sem, na Zemi. Tvrdíš, že lidstvo je jen partičkou loutek, které tu vše měly zajet, připravit pro opravdový život, pod Tvou nadvládou. Mám ohromující pocit moci a strach. Necítím se ve své roli dobře. Jsem naturou tvor nekonfliktní. Teda alespoň má lidská část. A Ty po mně vyžaduješ velmi destruktivní jednání. Tlačíš na mně. Spěcháš, kolikrát počítáš minuty. "Jednadvacet, dvacet, devatenáct, ... pospěš si!" Jsi nekompromisní. A já se tolik bojím. Patřím k oboum civilizacím. Jak mám jednu zničit? Mám tu dceru, rodinu. Jsou též hybridní, nebo po mém zásahu umřou, stejně jako ostatní? Bojím se. Moc se bojím. Nerada dělám rozhodnutí. Já nechci! Říkáš, že musím, že nemám na výběr. Uvědomuji si, že jsem Tvou jedinou zbraní. A tak mě napadá řešení. Zabiji-li sebe, nikomu se nic nestane. Přežijeme všichni, na obou koncích. Nechci to udělat, jsem máma, ale vím, že musím, protože jsem máma. A tak rozbiji světlo na údajně bezpečném akutním oddělení zvaném "Neklid" a rozpářu si celou ruku. To je jediné, co mě v tuto chvíli napadá. Třeba vykrvácím. Náhle mě spatří spolupacientka a začně příšerně křičet. Následuje křik sestry, kurty a cesta rychlou do nemocnice, kde mi to jako trest šijí zaživa. Vracím se do kurtů na oddělení a vše začíná odznovu. Prý se tomu říká psychóza. Neexistuješ, má hlava si Tě vytváří, abych zmírnila stres v reálném životě. Prý. Ale já vím, že jsem "napojená". Vím to odjakživa.

EVELÍNA HEJNOVÁ

Sur-real

Židle, na nichž sedíš, se kývou jako rozbolavělý chrup
Osten pravdy do se ti vrývá do vědomí
Je neodbytný jako Čikita
Co ti strká pod nos zaručeně originální parfém
Kupte si pravdu pane
Holubi Tvých smyslů slétají se
K housce přítomnosti vytroušené loňským podzimem
Zjara dumáš o růžové a zlaté na oltářích
Ve tváři plno jasu z pozůstalých snů
Mořské vlny slov se tříští o skálu tvé neschopnosti cokoli vyjádřit
Tříští se jak sklíčka v oku Luny
Přemítáš o uplynulých rozkoších?
Páchnoucí činy pácháš?
Už zítra máš svůj den!
Teď do kapesníku zašeptej přání
A pípni

(9.5. 2019)

VĚRKA DUMKOVÁ

VĚRKA DUMKOVÁ

ILUSTRACE THOMAS DORMAN / ***STUDY IN STATIC***

Křižovatka dvou světů

Kdyby mi tento příběh někdo vyprávěl, asi bych mu nevěřila. Zní dost šíleně a málo pravděpodobně, ale přesto se mi stal. Ocitla jsem se na křižovatce dvou světů.

To poslední, co jsem slyšela, bylo šílené troubení.
Poslední, co jsem uviděla, byl nákladák ve zpětném zrcátku, který se k nám blížil obrovskou rychlostí.
Pak už se jen ozvala rána a skřípění plechů a já se najednou ocitla v jiném světě.
Viděla jsem slunce, cítila teplo a lásku a bylo mi krásně a dobře. Stála tam babička, kterou jsem nadevše milovala, a mě v té chvíli vůbec nepřekvapilo, že ji vidím, i když byla už osm let mrtvá. Připadalo mi to úplně normální, že tam je, že jsme spolu a nekonečně šťastné.
Měla jsem pocit, že se v tom teple a v tom světle rozplynu. Chtěla jsem se rozplynout. Za nic na světě jsem se nechtěla vrátit zpět mezi lidi, zapomenout na to Světlo a teplo, na tu nekonečnou Lásku, na babiččin úsměv, na to štěstí.
Nebylo mi ale dovoleno tam zůstat. Na nohou jsem ucítila ostré píchání a škrabání. Nevěděla jsem, co se děje a chtěla je odtáhnout stranou. Nešlo to. Moje nohy odmítaly poslouchat! Co to je?! Chtěla jsem se jich dotknout. Ani to nešlo! I moje ruce odmítaly poslouchat moji hlavu! Co se děje?! Co se to stalo? Zkusila jsem se pohnout, otočit. Nic!
Najednou jsem nad sebou zaslechla hlas: „Co myslíte, doktore, probere se ještě někdy?“
„Doufám, že ne, bylo by to i pro ni lepší.“
„Co to je?!“, zděsila jsem se. Mluvili o mě, jako o věci. Bylo to hrozné. Ještě horší byl ale další dotaz: „Myslíte, doktore, že ji mám pomoct, aby se už neprobrala?“
Ticho. Za chvíli si někdo začal pohrávat s hadičkami přístrojů, na které jsem byla připojena a tiše si mumlat: „Je to krásný pocit rozhodovat o životě a smrti někoho jiného.“
Když se mi po nějakém čase přece jenom podařilo otevřít oči, uviděla jsem nad sebou krásnou tvář, kterou lemovaly blonďaté vlasy.
„Vy jste anděl?“, zeptala jsem se. Zasmála se: „Doktore! Probrala se!“ A mně v té chvíli přešel po zádech mráz. Byl to ten samý hlas, co mi chtěl „pomoci“. Potom se otočila ke mně a s úsměvem mi řekla: „Vítejte mezi živými.“
Ale já v té chvíli místo toho slyšela: „Proč jsi raději nezemřela? To zas bude práce.“
Než jsem stihla jakkoliv zareagovat, uviděla jsem nad sebou tvář mladého doktora: „Tak co, už jsme se prospali?“
Chtěla jsem se usmát, když v tom jsem si uvědomila, že i tento hlas znám…
„Proč si myslíte, že by bylo i pro mě lepší, kdybych se už nikdy nevzbudila? A pro koho ještě by to bylo lepší?“
Doktor se otočil k sestře: „Mluví z cesty.“ Ale já slyšela: „To je nápad! Šupneme ji na psychiatrii.“
Pak se ještě jednou otočil ke mně: „Ta havárka způsobila otřes mozku a krvácení do mozku, budete muset hodně cvičit. Sestřička vám zatím přiveze invalidní vozík.“
Co to je? Co se to děje s mým tělem, které mě nechtělo poslouchat, s hlasy, které jsem slyšela jenom já…
Měla jsem v hlavě zmatek a znovu jsem si vzpomněla na šťastný babiččin úsměv, na tu všeobjímající Lásku, ve které jsem se utápěla, na ten klid, co mě tam naplňoval. Nechtěla jsem zapomenout. Chaos a zmatek.
A utéct nemůžu. Moje tělo neposlouchá a nedělá, co chci. Nedělá vlastně vůbec nic. Jenom si tady tak leží.
Ještě párkrát jsem zkusila mluvit s lidmi o tomto svém prožitku a poznání, vždy jsem ale narazila na nepochopení, a tak jsem raději přestala. Časem jsem přestala slyšet, co si lidi myslí a možná jsem to tak chtěla a je to tak lepší. Nikdy jsem ale nezapomněla na to, co jsem viděla a poznala tam, na křižovatce dvou světů. Na tu Lásku, teplo, klid.

VĚRKA SCHMIDOVÁ

K reformě psychiatrické péče

Myslím, že to bylo na jaře v roce 2011. Dělal jsem tehdy pro časopis *Esprit* rozhovor s primářem gerontologického oddělení jedné moravské psychiatrické léčebny. Zeptal jsem se ho na možnosti reformy psychiatrických léčeben a rozvoj komunitní péče. Odpověděl skepticky: *„nevidím peníze a nevidím lidi.“*

O rok později ministerstvo zdravotnictví přiznalo, že psychiatrická péče u nás byla dlouhodobě zanedbávána a ohlásilo přípravu reformy. „Peníze“ a „lidi“ jsou i v roce 2019 klíčovou podmínkou jakékoliv změny k lepšímu.

Zaprvé peníze. Nejsou. Dluh společnosti vůči lidem s vážným duševním onemocněním i nadále roste. Peníze nejsou ani na zajištění odpovídající péče v psychiatrických léčebnách, nyní už většinou psychiatrických nemocnicích, ani na jejich proměnu. Není dost peněz na psychology, terapeuty, zdravotní sestry, personál. Ve výsledku není dost peněz na kvalitnější péči pro pacienty. Podstatnou část jejich zdravotních problémů musí vyřešit léky a ve vyhrocených případech kurtování a klecová lůžka. Na to, aby si s bláznícím člověkem někdo povídal a třeba ho přitom držel za ruku, nejsou peníze - vlastně lidi. Na spoustu dalších věcí, které by mohly pomáhat, nejsou peníze a nejsou lidi. Třeba na to, aby se s bláznícím pacientem někdo páral i v noci. Z celospolečenského hlediska jsou velká psychiatrická zařízení, kde se za málo peněz na jednom místě ošetří spousta pacientů, tím ekonomicky nejefektivnějším a současně nejbrutálnějším způsobem zajištění „psychiatrické péče“ – to nemluvím o práci zdravotníků, mluvím o systému a politických rozhodnutích.

Zadruhé lidi. Nejsou. A když jsou, nejsou pro ně peníze. Proč nejsou? Chybí společenská objednávka, chybí tlak veřejnosti. Bolesti duše nejsou vidět. Na druhou stranu z duševně nemocných jde strach. Někam je zavřít, raději je nemít na očích. Ať se o ně stát postará, ale ať nás to moc nestojí. Politici to vnímají. Na péči o duševně nemocné lze ušetřit. Vnímají to i šéfové zdravotních pojišťoven. Proto pokud jde o financování psychiatrické péče, žádná citelná změna k lepšímu nenastala. Přetížený a špatně placený personál v psychiatrických nemocnicích může pro pacienty dělat jen to, co mu okolnosti dovolují. Pokud je člověk donucen k fungování v absurdních poměrech, začne se sám chovat absurdně. Nalézt viníky je pak vždycky jednodušší, než změnit poměry.

JOSEF GABRIEL

(Ne)klidně **o neklidu**

To chce klid, říká Švejk a podobně evidentně smýšlejí i zaměstnanci blázince, když kurtují lidi postižené psychózou k erárním lůžkům.

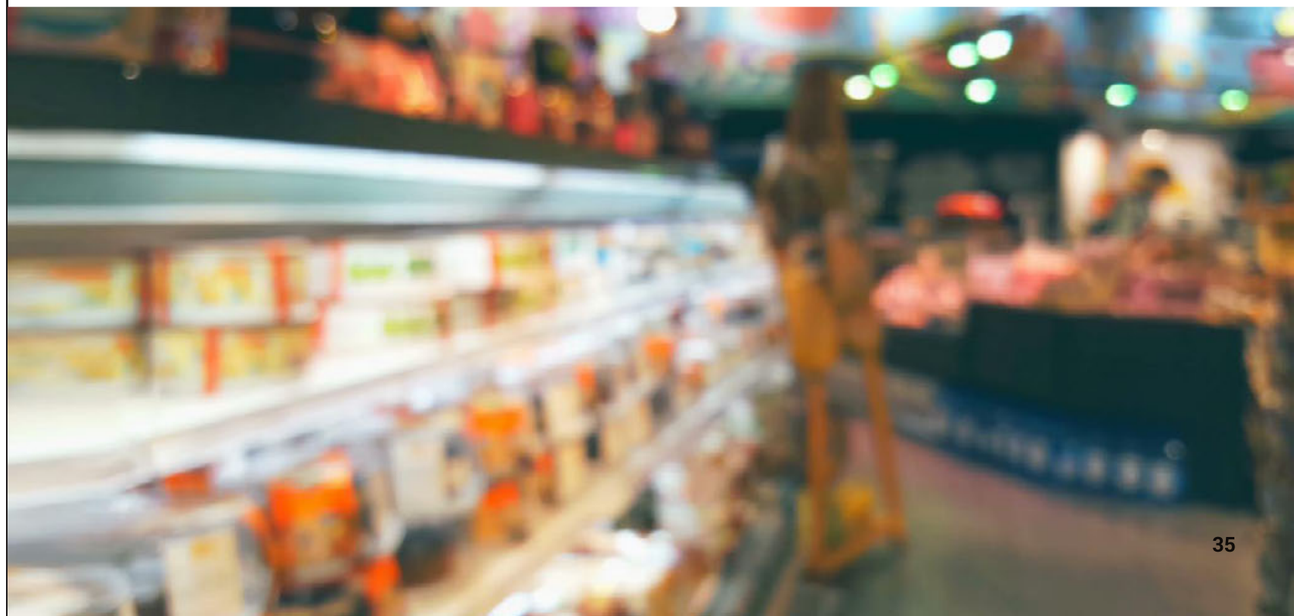
Není čas s nimi prohodit pár přátelských slov, nejsou na to peníze. A lidé, kteří by k tomu měli být povolaní, tedy personál léčebny, se zdráhají uvěřit tomu, že by od nich někdo projevy nadstandardní lidskosti očekával. Jak psát klidně o tom, co se děje za zdmi psychiatrických nemocnic, když jde často o to nejhorší porušování lidských práv, například práva dojít si svobodně na toaletu, mít u sebe své věci, mít kontakt s blízkými a dostatečné informace o své situaci, a to nejen zdravotní, ale i lidské?
Různí vykladači toho, co se na tzv. neklidových odděleních blázinců děje, se zamýšlejí spíš nad mírou užití omezujících prostředků, než aby se vciťovali do člověka, který sem byl deportován. Ten skutečně nevnímá, jak mírně jsou nasazeny všechny tyto prostředky pro jeho dobro. Zatímco svědectvím obětí válečných zločinů nebo třeba vyšetřujících metod StB se a priori věří, i když ani ojejichosudysepřepracovanáveřejnostdvakrátnezajímá, v případě tzv. neklidných bláznů, psychiatrických pacientů, lidí na hlavu, je situace odlišná. Těm se prostě věřit nedá! Zde se skutečně oprávněně domníváme, že dokud nebudou hozeni na postel a do klidu a dokud nebude jejich mysl zpacifikována do obvyklé a průměrné lidské šedi, nebude ani možné s nimi rozmlouvat, něco se od nich dozvídat a podobně. A dokonce jim nepřikládáme ani tolik důvěry, aby mohli mluvit o tom, jak se k nim choval personál. Tito pomatenci totiž vše vnímají posunutě, takže třeba i obyčejná vizita nebo nucené sprchování, strhávání oděvu a podobně, se jim může jevit jako obzvláštní útok na jejich přebujelou individualitu, když se ve skutečnosti jedná o pouhou rutinu, snad trochu dryáčnickou, ale v zásadě nijak zle myšlenou.
To musel přijít až novinář Michal Štingl, který se rozhodl udělat z celého tohoto pokoutného dění vlastní kauzu, přehnal to možná s nadšením pro vyjevování toho, co se kde děje a o čem se nemluví, nakonec nejspíš i ztratil veškeré zábrany a neposlouchal druhé, kteří mluví opatrně v duchu Haškova hrdiny a hlásají smířlivost. Vždyť když si všichni sedneme k jednomu stolu, v klidu všechno rozebereme a necháme si svůj čas zaplatit, nakonec zjistíme, že jsme na jedné lodi.
Vyprávění o neklidu už zase vyšlo z módy, my lidé, kteří chceme vidět pozitivní změny v oblasti péče o duševní zdraví, musíme tak opět odložit svou dychtivost a spíš počkat, s čím přijdou ti, kteří nic z toho ani v náznaku nezažili.

TOMÁŠ VANĚK, KÁŤA MÁLKOVÁ

Jak přistupovat k záhadám

Většinou pro mě představuje nevědomost o příčinách určitých jevů značné znejištění, úzkost až stihomam a to ačkoli se jedná o zcela nevinné jevy. Asi to každý zná u nočních zvuků, kdy něco zaskřípe a člověk se neuklidní, dokud nezjistí, co to bylo, jestli nějaký nábytek, který vrže třeba proto, že se země otáčí, nebo jestli dělá hluk kočka, či může-li to být duch. Pokud ale člověk usoudí, že se jedná o ducha, ani znalost příčiny těchto jevů ho bohužel neuklidní. Každopádně to, co mě vyděsilo dnes, se stalo za plného světla a to na nákupu v Tescu. Kupovala jsem džus. Když jsem ho brala do ruky na samoobslužných pokladnách, až tam jsem si všimla, že je na něm jakýsi sliz. Nejdřív mě samozřejmě napadlo, že teče, což mě vyplašilo zase z trošku jiných důvodů, ale když jsem si čichla k ruce, ten sliz voněl jako Chanel a to mě značně zmátlo. Nevěděla jsem, jestli ten džus budu schopná pít, nebo se ho ještě vůbec dotknout. Celou cestu domů i pak doma jsem o něm přemýšlela. Mohla třeba doplňovačka zboží mít namazané ruce nějakým krémem, jehož vůně vydržela i po umytí rukou mýdlem?? To by ale nebyl sliz na džusu v takovém množství. Už mi myšlenky pomalu začínaly zabíhat k bojovému plynu, po všech těch aférách s potravinami to byla celkem zralá úvaha. Přítel mě v této domněnce navíc podpořil, když říkal, že to určitě zavinil nějaký terorista, který se rozhodl, že tímto bojovým plynem natíraným na různé potraviny otráví lidi takovým způsobem, že přijdou o všechny svoje diagnózy a zle se jim povede. Že by takovýto druh bojového plynu mohl vonět, o tom není pochyb. Šla jsem opatrně vyklízet nákup a čekalo mě další překvapení: sliz na džusu už nebyl. Tenhle fakt nakonec zpochybnil i to byl-li tam vůbec kdy předtím. Přemýšlela jsem, jak to tedy mohlo být a došla k závěru, že to buď byla hmatově-čichová halucinace anebo pohyblivý sliz. Ani jedno z toho ale nebylo jisté a tak jsem se uchýlila k interpretaci, ke které se uchyluji vždy, když nevím, co je příčinou jevů: Byl to duch, pravděpodobně duch slimáka. To mě ale vůbec neuklidnilo, jak už člověka přítomnost ducha nikdy neuklidní, a to přesto, že v tuto chvíli už přítomen nebyl, a přesto, že to byl duch docela malý. U duchů velikost totiž nehraje moc roli. To, že jsem pak šla a nalila si džus do skleničky svědčí o mé velké odvaze nebo i o tom, že jsem zas tolik nevěřila tomu všemu, na co jsem v průběhu celého uvažování přišla.

KÁŤA MÁLKOVÁ



Labyrint

Stará Dáša si sice chtěla zdřímnout jen na chvilku, ale teď tu spí tvrdým spánkem už asi hodinu a nic ji nevzbudí. Jsem u ní na návštěvě v bohnickém sídlištním bytě, který sídlí v přízemí. Vchází se do něj přímo z ulice, přes malinkou zahrádku, na kterou teď vycházím každých pět minut. Už jsem chtěla zmizet, ale přeci jen mne zdržuje čekání na Davida. Dáša sice neříkala, že by měl přijít, ale moje přání mi vnuklo utkvělou představu, že se každou chvíli musí objevit i s celou svou čtyřhlavou psí smečkou.

To naše malé divadlo dvou lidí, které se ale příliš nevedlo, ta moje umanutost být mu co nejvíce nablízku, i když nám spolupráce drhla. Ta moje vůle polomit ledy za každou cenu a moje naprosté přehlížení faktu, že to je celé omyl!

Náhle se rozhoduji pro velikou věc. Připravím v tomhle cizím bytě pravou židovskou svatbu. A ty pak určitě přijdeš, Davide, a vezmeme se. Já teď nachystám vše pro svatební hostinu. Kladu na stůl příbory, talíře, sklenky. Jednu si nakláním dnem proti světlu, a co nevidím: Hitlerovu hlavu, lépe řečeno, ten stín, když si sklenici trochu nakloním, vypadá jako jeho patka. Masový vrah je na dně, o to větší to bude sláva!

Určitě nesmí chybět květina. Vycházím do předzahrádky, stará Dáša pořád ještě spí, a ulamuji nádhernou čajovou růži. Ve váze jí to sluší, a já teď zase hledám loktuši. Nějaký šátek. Nikdo sice ještě neví, že jsem vlastně Židovka, ale musím mít určitě zahalenou hlavu. Jako nevěsta zvlášť.

Lezu Dáše do prádelníku, vytahuji nějaké hadry, také bižuterii, všechno pokládám zatím na židli. Pak mne to přestane bavit. Kde je ženich? Zaběhnu se za ním podívat. Vždyť přeci vím, kde asi je.

Nechávám všechny věci, jak jsou, a vyrážím jen tak nalehko do areálu blázince, je to kousek. Mohl by se tam potulovat. Procházím branou a běžím, běžím nazdařbůh… Kde jsi? „Davide, Davide, Dá-ví-dé!“ volám ze všech sil, když se potácím mezi pavilony. Připadá mi nesmírně vtipné, že to zní, jako bych volala po celém areálu: „Dývýdý! Dývýdý!“ Dobíhám k restauraci V. kolona, která tu sídlí, a sedám na lavičku, abych si odpočinula. V Koloně je zhasnuto, všichni už šli dávno domů.

Teď mi dochází, že Davida asi dnes už nenajdu, svatba se taky odkládá. Najednou chci pryč. Jenže kudy?! Běhám od pavilonu k pavilonu, zcela mimo vyasfaltované cesty. Stromy a světla se míhají, temná zákoutí vyhrožují násilím. „Davide!“, zkouším to ještě naposled. Davide, kdysi jsi mi ukazoval svoje kresby, které jsi v tomto parku pořizoval z nezvyklých úhlů pohledu. Přesně tohle bych teď potřebovala, vyznat se na neznámých místech, znát ty zkratky a spojky. Všechno je pitvorně zkreslené.

Dostat se k zadní bráně, to se musí určitě tudy… snad tudy? Vrhám se směrem, o kterém se domnívám, že mne vyvede ven. Cestičky uhýbají, cestičky se ohýbají, nepoznávám to tu. Snad tu budu bloudit navěky, prokmitlo mi hlavou, nikdy se odtud nedostanu! Začíná to být nesnesitelné. Davide, ty bys věděl, kudy…

Cesta se natahuje a smršťuje, stejně jako čas, který nyní vnímám jako žvýkačku. Tamhle někde by snad mohla být zadní Čimická brána. Nabírám směr, svítá mi naděje, ale je to dál, než se zdálo za dne. Ale teď už konečně – teď! Probíhám branou a mířím, už zcela zorientovaná, k Dášině bytu. Uvnitř se motají nějaké stíny a před verandou parkuje policajtské auto.

„To je ona, to je ta zlodějka!“ říká Dáša a polísmeni se otočí ke mně. „Kde seš?“, ptá se Dáša. „Byla jsem se trochu proběhnout“, uzavírám takto svoji anabázi. „Ukradlas mi šperky!“ křičí Dáša. „Ta růže byla nejkrásnější ze zahrádky, ukradla mi růži!“

Květina tiše stojí ve vázičce a snad jim všem řekne, jak to bylo… ale já jim o židovské svatbě nic neprozradím, moc by se vyptávali na podrobnosti a ještě by mne zavřeli. „Co jste to tu vyváděla?“, ptají se poliši, když mi vracejí občanku. Odpovídám jim něco, co určitě nebudou dále zkoumat. „Připravovala jsem putovní divadelní zkoušku, chystala jsem tady scénu.“ Počítám s tím, že právě vymyšlený termín „putovní divadelní zkouška“ si nebudou umět vysvětlit jinak, než že se to asi tak dělá. Je to tak absurdní, že jim nezbývá než věřit.

Když uniformovaní muži navíc zjišťují, že Dášina bižuterie leží na židli pod nějakými hadry, a že nebyl spáchán trestný čin, odjíždějí, a já jsem Dášou vyhozena do hluboké noci. Odjíždím přes půl Prahy do chráněného bytu a sladce usínám, jakoby nic. Jak je krásné to letošní léto!

VĚRKA DUMKOVÁ

Trapasy vzdělance

Vraceli jsme se s Káťou z jedné varšavské zahradní restaurace a míjeli rušnou dopravní spojku. Nebylo téměř slyšet vlastního slova a já z legrace zazpíval nahlas jméno řeckého řečníka, který si kladl kameny do úst, aby přeřval příboj vln. Hérostratos! A pak jsem si uvědomil, že se tento mládenec v dějinách vyznamenal poněkud odlišným způsobem. Zapálil Afroditin chrám v Efesu. A na pravé jméno řečníka ne a ne připadnout. Taky jsem se styděl: jako studovaný člověk, že jsem udělal takové faus pax. Ráno se probudím, jdu si dát cigaretu na balkón a přemýšlím o snu, který se mi zdál. Bylo to o někom, kdo se po hříšném životě navrátil k víře v Krista. A ten někdo se jmenoval nějak jako Josef Flavius, ale ne přímo tak, ale nějak podobně. Šel dolů z kopce v tom snu, jako by sestupoval do podsvětí. Byl soudním úředníkem a znal spoustu nepravostí. A pak mi to najednou došlo. Jméno včerejšího řečníka bylo Démosthenes, vyhledal jsem si to na mobilu, jenže ve snu! Ve snu jsem do vyhledavače vyťukal „řečník Řecko“, ve snu mi přišla odpověď. A teď stojím na balkóně varšavského apartmánu a tu odpověď znám. Nevyzpytatelné jsou cesty paměti!

Děkoval jsem Bohu za toto prozření, opravdu jsem zvedal hlavu k nebesům, a po návratu jen zkontroloval mobil. Bohužel tam „řečník Řecko“ v historii vyhledávání bylo, takže jsem možná po ránu, možná v noci, přece jen požadavek na nalezení pravého jména zadal. Mám si však nechat sebrat posvátný moment? Ne, rozhodl jsem se. Jako Hérostratos jsem se kdysi pokusil zapálit univerzitu plamenným projevem, jako Démosthenes se teď o své bohatství demokraticky podělím. Vše je, jak má být. Dokonce i to, že nevím, jak se píše faux pas, musí mi to podtrhnout editor, abych se vzpamatoval.

TOMÁŠ VANĚK

© COPYRIGHT NA SCESTÍ #1 / 2019

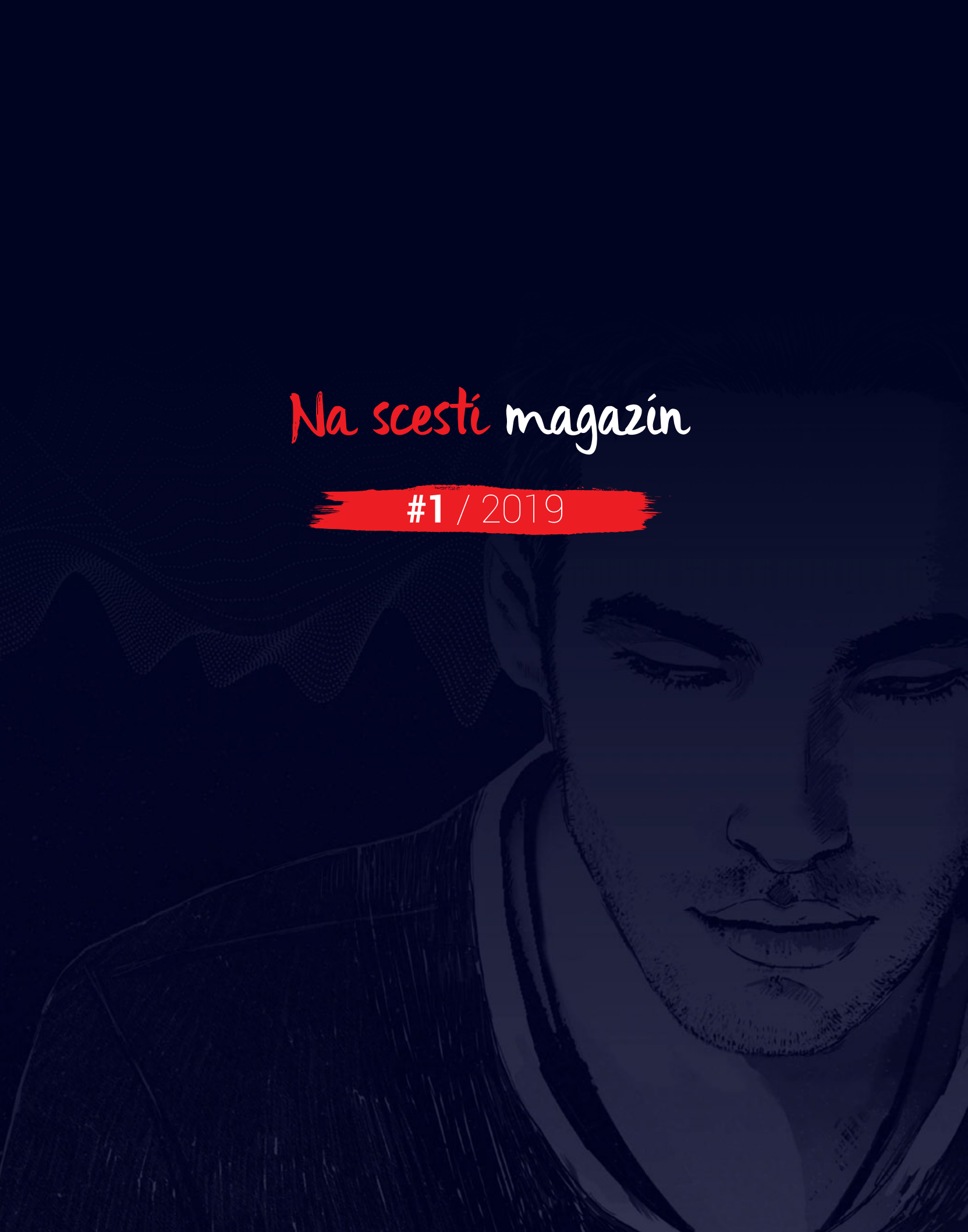
Redakční tým: Pavel Oulík, Tomáš Vaněk, Josef Gabriel, Tereza Sylva Klenorová, Michal Kašpar, Kateřina Málková, Romana Landová, Ondřej Rubeš, Jiří Krupička, Evelína Hejnová.
Grafika a layout: Alžběta Širůčková
Kontakt: kontakt@offtheroad.cz
www.offtheroad.cz

ČASOPIS VZNIKL S PODPOROU
MAGISTRÁTU HLAVNÍHO MĚSTA PRAHA

Off the road

web pro lidi, kteří nejdou po vyšlapaných cestách

www.**offtheroad**.cz

Na scesti magazín

#1 / 2019